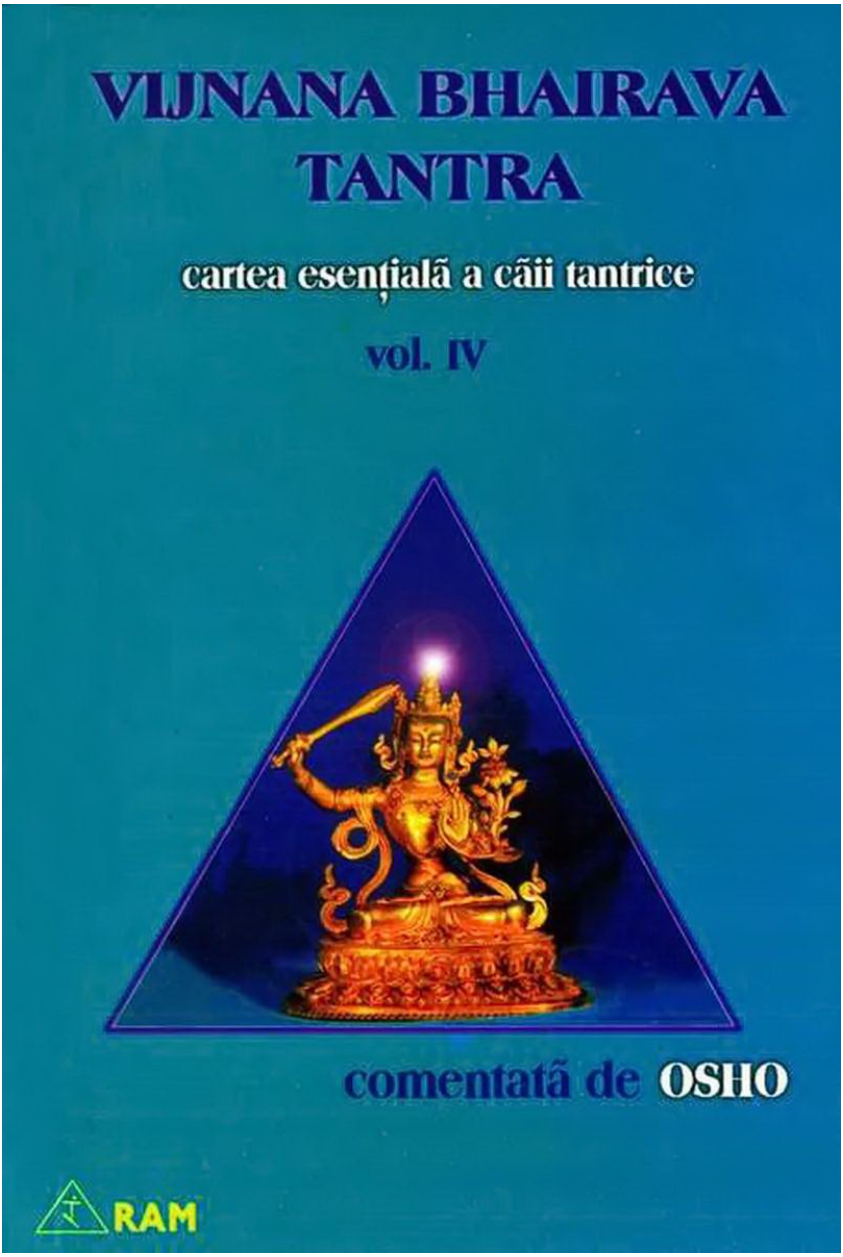

OSHO
Vijnana Bhairava
Tantra
CARTEA ESENŢIALĂ A CĂII TANTRICE
VOL.lv

51. REVENIREA ÎN EXISTENŢĂ
24.V.1973, Bombay
SUTRE:

76. Când plouă, într-o noapte întunecată, pătrunde în acea întunecime ca în forma formelor.

77. Când afară nu plouă şi nu este o noapte fără lună, închide ochii şi descoperă întunecimea în faţa ta. Deschizând ochii, priveşte întunecimea. Astfel, orice vinovăţie va dispărea pentru totdeauna.

78. Ori de câte ori atenţia ţi se trezeşte, în chiar acel punct, experienţa.

Un doctor, un foarte cunoscut istoric şi savant, locuia într-un mic sat. Bătrânul poştaş al satului voia să ştie ce ramură a medicinei cunoştea medicul şi l-a întrebat: „Ce fel de doctor sunteţi dumneavoastră?”

Omul a răspuns: „Doctor în filosofie”. Poştaşul nu auzise niciodată de acel lucru şi uimit fiind, a continuat: „Dar aici, la noi, eu nu am auzit pe nimeni să fie bolnav de aşa ceva”.

Nu este chiar de râs, deoarece poştaşul într-un fel avea dreptate – filosofia este un fel de boală. Bineînţeles că doctorii în filosofie nu sunt doctori; mai degrabă ei sunt nişte victime perfecte ale unei boli.

Filosofia nu este o boală cunoscută şi de aceea nu poţi recunoaşte cazuri, cum o poţi face în alte boli patologice. Ea s-a născut odată cu fiinţa umană. Este la fel de veche ca umanitatea, sau ca mintea umană. Mai mult sau mai puţin, fiecare fiinţă umană îi cade victimă – deoarece gândirea nu duce nicăieri; sau, altfel spus, ea te conduce în cercuri, în cercuri vicioase. În ea te poţi mişca mult şi dacă eşti expert te poţi mişca repede, dar nu vei ajunge nicăieri.

Acest lucru trebuie înţeles foarte bine, pentru că dacă nu poţi simţi şi înţelege aceasta, nu vei putea face un salt în meditaţie. Meditaţia este non – filosofică. Filosofia înseamnă gândire şi meditaţia înseamnă o stare de negândire. Ele sunt total opuse.

Este ceva uman – să pui întrebări şi apoi să încerci să

găseşti răspunsuri. Dar filosofia nu aduce niciun răspuns adevărat. Ştiinţa ajunge la anumite răspunsuri, religia de asemenea, dar filosofia nu ajunge la niciun fel de răspuns. Şi toate răspunsurile la care pare să ajungă sunt false, sunt doar nişte faţade; dacă vei pătrunde adânc în ele vei găsi doar alte întrebări şi nimic altceva. Deci, fiecare răspuns te va conduce la alte întrebări, la mai multe întrebări – şi aceasta va continua la nesfârşit.

Ştiinţa ajunge la anumite răspunsuri, deoarece ea nu se bazează pe gândire, ci pe experimentare. Gândirea este folosită doar ca un ajutor, dar baza este experimentarea. De aceea, ştiinţa a găsit unele răspunsuri. Filosofii, cunoscuţi sau necunoscuţi, au lucrat secole de-a rândul şi nu au ajuns la nicio concluzie. Nici nu se poate ajunge. Natura gândirii este în aşa fel încât ea poate fi folosită ca un ajutor spre experimentare şi atunci poţi ajunge la ceva anume; de aceea, ştiinţa a ajuns la anumite răspunsuri reale.

Dar şi religia ajunge la anumite răspunsuri, deoarece şi ea experimentează. Ştiinţa experimentează cu obiectul, iar religia cu subiectul, dar ambele se bazează şi depind de experimentare. Între acestea două se află filosofia – doar o gândire abstractă fără experimentare. Poţi continua, dar nu vei ajunge nicăieri. Gândirea abstractă, speculativă, este o gândire ad infinitum. Se poate să-ţi facă plăcere să o faci, dar nu vei rezolva nimic prin ea.

Religia şi ştiinţa într-un fel sunt similare – amândouă cred în experimentare. Experimentarea religioasă este bineînţeles mai profundă decât cea a ştiinţei, deoarece în ştiinţă nu este implicat şi experimentatorul. El lucrează cu obiecte, cu instrumente; el rămâne separat de experiment. Religia este o ştiinţă mai profundă, deoarece experimentatorul însuşi este subiectul experimentului. Acolo nu există instrumente care să fie separate de el, nu există niciun obiect care să fie în afara sa. El este ambele şi instrumentele şi obiectele şi metoda sa; el este totul. Şi el va trebui să lucreze doar asupra sa.

Este dificil, deoarece acolo eşti chiar tu implicat. Şi

datorită acestui fapt experimentul devine experienţă. În ştiinţă, experimentul rămâne experiment. Omul de ştiinţă nu este şi nu va fi atins de acesta – el rămâne neschimbat. Dar în religie, trecând prin experiment, vei fi un om total diferit. Atunci nu mai poţi fi la fel; va trebui să te transformi. De aceea, experimentul religios devine experienţă.

Ţine minte: poţi continua să te gândeşti la Dumnezeu, la suflet şi poţi crede că doar prin aceasta vei cunoaşte ceva despre Dumnezeu. Dar va fi ceva fals. Tu nu poţi cunoaşte nimic despre Dumnezeu – însăşi cuvântul „despre" este absurd. Tu îl poţi cunoaşte pe Dumnezeu dar nu poţi cunoaşte ceva „despre" el – acest „despre" creează filosofia.

Cum ai putea cunoaşte ceva despre Dumnezeu? Sau, de exemplu, cum ai putea cunoaşte ceva despre iubire? Poţi cunoaşte iubirea, nu poţi cunoaşte ceva despre iubire, deoarece acest „despre" înseamnă că altcineva cunoaşte şi tu doar crezi în ceea ce cunoaşte el. Tu aduni şi strângi opinii. Poţi spune: „Eu cunosc ceva despre Dumnezeu". Însă cunoaşterea bazată pe informaţiile altora este falsă şi periculoasă, deoarece poţi fi amăgit de aceasta.

Poţi cunoaşte iubirea, pe Dumnezeu, pe tine însuţi, dar uită de acest „despre". Acesta nu este altceva decât filosofie. Upanishadele spun ceva, Vedele spun ceva, Biblia spune ceva, Coranul spune ceva, dar pentru tine toate acestea nu vor deveni decât un „despre". Până când aceasta nu devine propria ta experienţă, ea va fi ceva fără de folos.

Acest lucru trebuie să îl ţii bine minte, trebuie să pătrundă adânc în tine – deoarece poţi continua să te gândeşti la orice şi mintea poate începe să se gândească chiar şi la meditaţie. Poţi face din orice un obiect de gândire. Vei începe să te gândeşti la meditaţie şi atunci nu se va întâmpla nimic.

Iar când spun aceasta mă refer la faptul că există multe metode care să te atragă şi aici există un pericol: tu poţi începe să te gândeşti la ele şi chiar le poţi învăţa pe de

rost. Dar nu va ajuta la nimic şi nu numai că nu te va ajuta, dar este şi ceva periculos – meditaţia este experienţă, iar a cunoaşte „despre” ceva este lipsit de valoare.

Ţine minte acest cuvânt: experienţă. Problemele vieţii, toate problemele vieţii sunt existenţiale, ele nu sunt speculative. Nu le poţi rezolva prin gândire; nu le poţi rezolva decât trăindu-le. Prin trăire se deschide viitorul; prin gândire nu se va deschide niciodată viitorul. Dimpotrivă, se închide chiar şi prezentul.

Poate că nu ai observat, dar fii atent să vezi ce se întâmplă atunci când gândeşti? Ori de câte ori gândeşti te închizi. Tot ceea ce este prezent dispare. Atunci mergi pe un drum de vis, un vis al minţii. Un cuvânt este creat de altul, un gând creează alt gând şi tu vei continua să mergi tot aşa. Cu cât pătrunzi mai mult în gândire, cu atât mai mult te îndepărtezi de existenţă. Un mod de a te îndepărta de ea este chiar gândirea. Gândirea este un vis; ea este un vis în concepte. Revino pe pământ! În acest sens, religia este cu picioarele pe pământ; nu în sens lumesc, ci substanţial. Revino în existenţă.

Problemele vieţii pot fi rezolvate doar atunci când tu eşti adânc înrădăcinat în existenţă. Dacă „zbori” prin gânduri te îndepărtezi de rădăcini şi cu cât te afli mai departe, cu atât este mai mică posibilitatea de a rezolva ceva. Mai degrabă vei fi mai confuz şi totul va deveni mai încurcat decât era. Iar cu cât va fi totul mai încurcat, cu atât vei gândi mai mult şi te vei îndepărta mai mult. Fii atent la gânduri!

Acum vom pătrunde în tehnici.

76. Când plouă, într-o noapte întunecată, pătrunde în această întunecime ca în forma formelor.

A existat o şcoală esoterică foarte veche despre care poate că mulţi nu au auzit: şcoala Esenianã. Iisus a învăţat în această şcoală; el a aparţinut unui grup esenian. Această grupare esenianã este singura şcoală din lume care susţine că Dumnezeu este întunericul absolut. Coranul spune că Dumnezeu este lumină, Upanishadele şi Biblia afirmă acelaşi lucru. Singura tradiţie din lume care

susţine că Dumnezeu este întunericul, întunecimea absolută, este tradiţia esenianã.

Este ceva minunat; ciudat, dar totuşi foarte frumos – şi esenţial. Trebuie să îi înţelegi sensul şi atunci această tehnică te va putea ajuta; aceasta este o tehnică folosită de esenieni pentru a pătrunde întunericul, pentru a deveni una cu el.

Gândeşte-te. De ce peste tot Dumnezeu a fost simbolizat ca fiind lumină? Nu pentru că Dumnezeu este lumină, ci pentru că omului îi este frică de întuneric. Este frica umană – nouă ne place lumina şi ne este frică de întuneric; nu putem concepe ca Dumnezeu să fie întuneric. Este ceva uman. Noi îl simbolizăm pe Dumnezeu ca fiind lumină, deoarece ne este frică de întuneric.

Zeii noştri sunt creaţi din frică. Noi le dăm acestora formă şi viaţă, dar acest lucru arată totul despre noi şi nu despre zei. Ei sunt creaţia noastră. Ne este frică de întuneric şi de aceea îl simbolizăm pe Dumnezeu ca fiind lumină.

Însă tehnicile pe care le discutăm aparţin altei şcoli.

Esenenii spun că Dumnezeu este întuneric şi este un adevăr: întunericul este etern. Lumina vine şi pleacă, întunericul rămâne. Dimineaţă soarele răsare şi acolo apare lumina; seara soarele apune şi apare întunericul. Acesta este mereu acolo – nu răsare şi nu apune niciodată. Lumina apare şi dispare; întunericul rămâne. Lumina are întotdeauna o sursă; întunericul este fără sursă. Ceea ce are o sursă nu poate fi ceva infinit şi etern, doar ceea ce nu are sursă este veşnic şi infinit. Lumina creează o anumită tulburare – din această cauză nu poţi dormi pe lumină. Ea creează o tensiune. Întunericul este o relaxare totală.

Dar de ce ne este frică de întuneric? Deoarece nouă, lumina ne apare ca fiind viaţă – chiar este, iar întunericul pare a fi moarte – chiar este. Viaţa apare prin lumină şi atunci când mori pari a te cufunda într-un întuneric etern. De aceea simbolizăm moartea prin culoarea neagră. Dumnezeu este lumină şi moartea este întunericul. Dar acestea nu sunt altceva decât proiecţiile fricii noastre. De

fapt, întunericul este infinit şi lumina este limitată. Întunericul pare a fi pântecul din care se naşte totul şi în care se reabsoarbe totul.

Acest este punctul de vedere susţinut de esenieni. Este ceva minunat şi totodată de mare ajutor, pentru că dacă vei iubi întunericul nu te vei mai teme de moarte.

Dacă poţi pătrunde în întuneric – şi nu o poţi face decât atunci când nu mai există niciun fel de teamă – atunci vei atinge starea de relaxare totală. Dacă poţi deveni una cu întunericul, atunci te vei dizolva, aceasta va fi o abandonare totală. Acum, aici nu mai există niciun fel de frică, pentru că a deveni una cu întunericul înseamnă a deveni una cu moartea. Acum nu mai poţi muri, eşti nemuritor. Întunericul este nemuritor, este veşnic. Lumina se naşte şi moare; întunericul pur şi simplu este. El fiinţează la nesfârşit.

Pentru a practica aceste tehnici este bine mai întâi să ţii minte că nu trebuie să existe în mintea ta niciun fel de teamă sau frică de întuneric. Altminteri cum ai mai putea să faci acest experiment? Mai întâi trebuie să elimini frica. Deci, ca un pas preliminar, practică următorul lucru: stai în întuneric, stinge luminile şi simte întunericul. Dezvoltă-ţi o atitudine de iubire faţă de el; permite-i să te atingă. Priveşte-l. Stai cu ochii deschişi într-o cameră sau noapte întunecoasă şi creează o legătură, o comuniune cu acesta. Dacă începi să te temi, atunci aceste tehnici nu te vor ajuta, nu le poţi practica.

Mai întâi, trebuie să dezvolţi o profundă relaţie de prietenie cu el. Noaptea, când toţi dorm, stai în întuneric. Nu face nimic altceva, doar stai. Şi doar prin aceasta te vei apropia foarte mult de el – acesta este foarte relaxant. Tu încă nu l-ai cunoscut, datorită fricii. Dacă nu îţi este somn nu stai cu lumina stinsă, ci aprinzi imediat luminile şi citeşti o carte sau faci orice altceva, dar nu vei rămâne în întuneric. Stai cu el. Şi dacă poţi sta cu el, acesta îţi va deschide noi uşi, noi înţelegeri.

Omul s-a închis total faţă de întuneric. Şi sunt anumite motive care au cauzat acest lucru, motive istorice

– pentru omul primitiv în timpul nopţii era foarte periculos. În timpul zilei se afla în siguranţă: atunci putea vedea mai bine şi nu îl putea ataca prin surprindere niciun animal; astfel reuşea să se apere – cel puţin putea să fugă. Dar pe timpul nopţii peste tot era întuneric şi era complet neajutorat – iar această teamă a pătruns adânc în subconştientul său. Iar noi încă ne mai temem.

Acum nu mai trăim în peşteri şi nu mai suntem pândiţi de tot felul de animale de pradă, nimeni nu ne va ataca – dar frica încă există. Ea a pătruns adânc înăuntru, deoarece minţii umane i-a fost frică timp de mii de ani, timp de milioane de ani. Subconştientul tău nu este de fapt numai al tău; Un anumit fragment din el provine din subconştientul colectiv. Frica există în el şi datorită acestei frici tu nu poţi trăi o comuniune adevărată cu întunericul.

Încă ceva: din cauza acestei frici, omul a început să venereze focul. Când a fost descoperit focul, acesta a devenit un zeu. Dar nu înseamnă că este chiar un zeu, însă aceasta se datorează fricii noastre. Ziua era lumină şi omul era mai protejat; noaptea era întuneric iar atunci când a fost descoperit focul era normal ca acesta să fie idolatrizat – a devenit zeul cel mai puternic. În zoroastrism încă se mai venerează focul.

Venerarea focului a apărut tocmai datorită fricii de întuneric. Pe timpul nopţii, focul era un prieten, un protector, un apărător divin.

Această frică încă mai există. Poate că nu eşti conştient de ea, deoarece încă nu ai fost pus în situaţii în care să devii conştient de ea, dar poţi încerca să vezi dacă îţi apare. Într-o noapte fără lună stinge luminile şi stai în întuneric – atunci această frică primitivă va apărea. Chiar în casă fiind, vei simţi că în preajma ta se află nişte animale sălbatice. La cel mai mic zgomot ea va apărea – vei simţi un pericol. Dar acolo nu se află niciun fel de pericol: acesta există doar în subconştientul tău.

Deci, mai întâi, trebuie să învingi această frică inconştientă şi apoi vei putea practica tehnicile pe care le discutăm – deoarece ele sunt legate de întuneric. Shiva

oferă toate tehnicile posibile.

Propria mea experienţă cu aceste tehnici este foarte vastă. Dacă le poţi practica vei vedea cât sunt de minunate. Vei pătrunde într-o relaxare care nu ai mai cunoscut-o vreodată. Dar mai întâi trebuie să îţi învingi în ca şi să urmăreşti să trăieşti şi să iubeşti întunericul. Este ceva beatific. Odată ce îl cunoşti şi odată ce eşti într-un contact foarte profund cu el, vei fi în contact cu un foarte profund fenomen cosmic.

Ori de câte ori ai ocazia să te afli în întuneric şi să fii treaz… însă te poţi amăgi în două feluri: ori vei aprinde lumina, ori te vei culca. Ambele trucuri sunt folosite pentru a fugi de întuneric. Dacă dormi atunci nu îţi va mai fi frică de el, deoarece nu mai eşti conştient. Sau dacă eşti conştient vei aprinde lumina. Nu aprinde lumina şi nu te culca. Rămâi în întuneric.

Vor fi simţite multe temeri. Simte-le. Fii conştient de ele. Adu-le în lumina conştiinţei tale. Ele vor veni singure şi atunci când apar, rămâi un martor, un observator al lor. Acestea vor dispărea şi într-o bună zi vei putea sta în întuneric fără să ai nicio frică, vei fi total pierdut în el. În acel moment se produce un fenomen foarte minunat. Atunci vei putea înţelege ceea ce spun esenienii că Dumnezeu este întunericul absolut.

Când plouă, într-o noapte întunecată, pătrunde în această întunecime ca în forma formelor.

Toate formele apar din întuneric şi se dizolvă în el. Lumile sunt create din întuneric şi apoi dispar tot în el. Întunericul este pântecul, el este pântecul cosmic. Acolo este tăcerea netulburată şi absolută.

Shiva spune că este bine dacă practici această tehnică atunci când este o noapte ploioasă şi întunecată, atunci când cerul este plin de nori, când este complet întunecat şi nu se vede nici măcar o stea. Într-o noapte întunecată, fără lună… pătr*unde în* a*ceastă întu*n*ecime ca* î*n* f*orm*a *for*m*elor. F*ii un martor al acestei întunecimi şi apoi dizolvă-te în ea. Ea este forma tuturor formelor. Tu eşti o formă – te poţi dizolva în ea.

Acolo unde există lumină, tu eşti definit. Eu te pot vedea datorită luminii. Acum corpul tău este definit, acum ai nişte limite.

Marginile există datorită luminii. Dar când lumina nu mai există, limitele dispar, se dizolvă. În întuneric nimic nu este definit, totul se contopeşte cu totul. Formele dispar.

Aceasta poate fi o cauză a fricii noastre – deoarece atunci când tu nu eşti bine definit nu ştii cine eşti. Faţa nu mai poate fi văzută, corpul nu mai poate fi cunoscut. Totul se contopeşte într-o existenţă fără formă. Chiar aceasta este cauza fricii – deoarece nu îţi poţi simţi existenţa ta mărginită. Existenţa devine vagă şi frica îşi face apariţia – nu mai ştii cine eşti. Ego-ul nu poate exista; este dificil să existi ca ego fără să fii definit. Omul simte frica şi vrea ca acolo să apară lumina.

Va fi mai uşor să te contopeşti în întuneric decât în lumină, deoarece aceasta creează distincţii. Întunericul înlătură toate distincţiile. În lumină poţi fi urât sau frumos, bogat sau sărac. Lumina îţi dă o personalitate, o definire – educat sau needucat, sfânt sau păcătos. Lumina te dezvăluie ca fiind o persoană distinctă. Întunericul te învăluie, te acceptă total – dar nu ca pe o persoană distinctă; eşti doar pur şi simplu acceptat fără niciun fel de mărginiri sau definiţii. Tu eşti învăluit de acesta şi deveniţi unul singur.

Întunericul acţionează mereu în acelaşi mod, dar nu îl poţi înţelege deoarece îţi este frică. Înlătură-ţi frica şi deveniţi una.

Pătrunde în această întunecime ca în forma formelor.

Pătrunde în această întunecime... Cum poţi pătrunde în întuneric? Prin trei moduri: unul este să priveşti continuu în întuneric. Dificil. Este mai uşor să priveşti la o flacără sau la orice sursă de lumină, deoarece aceasta există ca un obiect definit; îţi poţi direcţiona atenţia spre ea. Întunecimea nu este un obiect; ea se află peste tot, tu nu o poţi vedea ca pe un obiect. Priveşte în gol, în vid. Acesta se află peste tot în jurul tău, doar trebuie să îl priveşti. Stai liniştit, simte-te relaxat şi priveşte în el. Va

începe să pătrundă în ochii tăi şi atunci vei începe să pătrunzi şi tu în el.

Când practici această tehnică noaptea, stai cu ochii deschişi. Nu îi închide, deoarece atunci vei avea un alt tip de întuneric. Acesta va fi propriul tău întuneric, va fi un întuneric mental; nu este real. Nu este real. Este ceva negativ, nu pozitiv. Dacă închizi ochii ziua vei vedea un întuneric, dar acesta este doar opusul luminii. Exact ca atunci când te uiţi la o fereastră şi ap oi când închizi ochii vei vedea negativul ferestrei. Toate experienţele tale sunt bazate pe lumină şi de aceea atunci când închidem ochii avem doar un negativ al luminii, pe care îl numim întuneric. Dar acesta nu este real; nu este bun.

Stai cu ochii deschişi în întuneric şi vei vedea un alt întuneric – cel pozitiv. Priveşte fix în el. Continuă să priveşti. Ochii vor începe să te doară şi îţi vor da lacrimile. Dar nu te îngrijora, continuă să priveşti mai departe. Şi în momentul când acel întuneric real îţi va pătrunde în ochi, acesta îţi va da un sentiment de relaxare. Când întunericul real pătrunde în tine, tu vei fi plin de el.

Iar această pătrundere în întuneric te va goli de tot întunericul negativ pe care îl ai. Acesta este un fenomen foarte profund. Întunericul pe care îl ai în tine este negativ; el este împotriva luminii. Nu este o absenţă a luminii, ci este chiar împotriva ei. Nu este acel întuneric despre care Shiva spune că este forma formelor – adevăratul întuneric care există. Ne este atât de teamă de acesta încât am creat surse de lumină peste tot şi acum trăim într-o lume luminată în care suntem protejaţi. Apoi ne închidem ochii şi lumea luminată, este reflectată negativ, în interior. Am pierdut contactul cu adevăratul întuneric – întunericul de care vorbesc esenienii, întunericul de care vorbeşte Shiva. Acum nu mai avem niciun fel de contact cu acesta. Ne temem atât de mult de el încât i-am întors complet spatele.

Deci tehnica va fi dificilă, dar dacă o vei face ea se va dovedi fantastică, este miraculoasă. Vei descoperii o fiinţă diferită, o existenţă diferită. Când întunericul intră în tine,

tu vei intra în el – este întotdeauna ceva reciproc. Nu poţi pătrunde în vreun fenomen cosmic fără ca acesta, la rândul lui, să nu pătrundă şi el în tine. Nu vei putea să forţezi intrarea în el, nu îl vei putea viola. Când însă tu eşti deschis, vulnerabil, şi îi faci loc să te pătrundă, atunci de-abia vei intra în el şi tu. Este întotdeauna ceva mutual. Nu poţi forţa, poţi doar permite.

Acum este dificil să găseşti în oraşele moderne adevăratul întuneric despre care vorbesc; chiar şi în casele noastre este dificil de găsit. Cu această lumină ireală noi am făcut ca totul să fie ireal. Chiar şi întunericul este poluat, nu mai este pur. Deci este bine să găseşti un loc mai singuratic în care să poţi simţi întunericul real. Te poţi duce într-un sat unde nu există electricitate sau poţi merge la munte. Stai acolo o săptămână şi experimentează, simte întunericul pur.

Te vei întoarce un om total diferit, deoarece în aceste şapte zile de întuneric absolut vor ieşi la suprafaţă toate fricile primitive pe care le ai. Va trebui să stai faţă în faţă cu subconştientul tău. Acolo îţi pot apărea tot felul de monştri care vor părea reali. Întreaga umanitate… va fi ca şi cum vei trece prin timp şi din adâncul subconştientului tău vor ieşi la suprafaţă multe lucruri. Acestea vor părea reale şi te pot înfricoşa foarte mult – însă ele nu sunt decât creaţiile tale mentale.

Astăzi, mulţi oameni bolnavi mental, care se află în aziluri de nebuni, nu suferă de altceva decât de aceste frici primitive care au erupt înăuntrul lor. Astfel de frici există şi aceşti nebuni se tem în fiecare moment de viaţa lor. Iar deocamdată noi nu ştim încă cum să facem să eliminăm temerile respective. Dar când acei nebuni vor fi ajutaţi să mediteze asupra întunericului, atunci nebunia lor va dispărea complet.

Doar în Japonia se lucrează asupra acestui fenomen. Acolo nebunii sunt trataţi complet diferit. Dacă cineva înnebuneşte, acesta va fi trimis în izolare timp de trei sau şase săptămâni, depinde de caz. Doar atât – este lăsat singur. Nu este vizitat de niciun doctor sau psihanalist. I se

aduce mâncare şi i se asigură tot ce are nevoie, dar este lăsat singur.

Noaptea nu există niciun fel de lumină şi este singur în întuneric – bineînţeles că va suferi, va trece prin multe faze de suferinţă. I se asigură tot ce trebuie, dar nu îi este oferită niciun fel de companie. El va trebui să îşi înfrunte direct şi imediat nebunia şi, în trei sau şase săptămâni, nebunia va începe să dispară. De fapt, acolo nu s-a înfăptuit nimic; acel om doar a fost lăsat să stea singur. Aceasta este singura măsură care a fost luată.

Psihiatrii au fost uimiţi când au văzut aşa ceva. Nu pot înţelege cu adevărat cum de se poate întâmpla aşa ceva – deoarece ei tratează ani de zile un caz şi cu toate acestea nu se întâmplă nimic. Ei nu permit niciodată pacientului să îşi înfrunte singur subconştientul. Cu cât îl ajuţi mai mult, cu atât îl faci mai neputincios – pentru că el depinde din ce în ce mai mult de tine. Şi aici problema se află în inconştient, loc în care nimeni nu te poate ajuta cu adevărat. Deci, cei care cunosc cu adevărat fenomenul, te vor lăsa să fii singur.

Va trebui să ajungi singur la o înţelegere cu subconştientul. Aceasta meditaţie asupra întunericului va absorbi complet toată nebunia interioară.

Încearcă. Poţi încerca chiar şi în casă. În fiecare noapte, timp de o oră rămâi singur în întuneric. Vei avea un sentiment de topire şi vei simţi că ceva intră în tine şi tu intri în ceva.

Trăind în întuneric trei luni de zile, câte o oră pe zi, vei ajunge să îţi pierzi sentimentul individualităţii, al separării. Atunci nu vei mai fi o insulă, ci vei fi oceanul. Vei deveni una cu întunericul. Iar întunericul este oceanic: nimic altceva nu este atât de vast, atât de etern, nimic altceva nu este atât de aproape de tine şi totuşi nu există nimic altceva de care tu să fii atât de speriat şi înfricoşat. Acesta se află chiar după colţ şi aşteaptă.

Când plouă, într-o noapte întunecată, pătrunde în această întunecime ca în forma formelor.

Priveşte fix astfel ca acesta să intre în ochii tăi.

În al doilea rând: întinde-te pe jos şi simte-te ca şi cum te-ai afla lângă mama ta. Întunericul este o mamă, este mama a tot. Gândeşte-te: când nu era nimic, ce exista? Nu poţi concepe nimic altceva decât întuneric. Dacă totul dispare, ce va rămâne? Întunericul.

El este pântecul, mama; întinde-te pe jos şi simte că stai lângă pântecul mamei. Şi acesta va deveni real, va deveni cald, iar mai devreme sau mai târziu, te va învălui de peste tot. Tu te vei afla în el.

Iar în al treilea rând: atunci când mănânci, când te duci la lucru în orice activitate, ia în interior şi o bucăţică de întuneric. El a pătruns deja în tine, tu trebuie doar să îl transporţi. Aşa cum am vorbit mai demult despre o altă tehnică în care trebuia să duci în tine o flacără, tot aşa trebuie să duci în tine întunericul.

Atunci am spus că, dacă vei simţi mereu o flacără interioară şi vei simţi că eşti lumină, corpul tău va începe cu adevărat să radieze o lumină şi cei care sunt senzitivi vor începe să o simtă. La fel se va întâmpla şi cu întunericul.

Dacă vei începe să duci şi să simţi în tine întunericul, corpul tău va deveni calm, relaxat şi rece. Iar aşa cum unii oameni vor începe să fie atraşi de tine atunci când simţi lumina în interior, acum unii vor începe să fugă de tine. Vor deveni speriaţi. Mulţi nu vor putea să suporte o fiinţă atât de rece şi tăcută; va fi ceva de nesuportat pentru ei.

Dacă duci cu tine întunericul, cei care se tem de întuneric nu se vor apropia de tine. Şi tuturor le este frică de întuneric. Vei începe să simţi că prietenii te părăsesc; familia va începe să fie tulburată atunci când vei intra în cameră, deoarece acolo va intra un gheţar şi toţi vor fi agitaţi. Va fi dificil pentru ei să se uite în ochii tăi, deoarece aceştia vor deveni ca un abis. Când cineva se va uita în ochii tăi, acesta va ameţi, se va simţi că stă deasupra unui abis.

Dar vei simţi şi multe alte lucruri. Va fi imposibil să te enervezi, să te înfurii. Ducând în interior întunericul nu vei mai putea să te înfurii. Când transporţi o flacără te vei

putea înfuria foarte repede, mai repede ca niciodată, deoarece aceasta te poate agita. Te vei simţi mai sexual ca oricând, deoarece aceasta va crea pasiune, excitare. Dar datorită întunericului vei simţi că îţi apare o profundă asexualitate; nu te vei mai simţi sexual, nu te vei mai putea înfuria. Pasiunea va dispărea. Nu vei mai simţi că eşti bărbat sau femeie. Vei vedea aceste cuvinte ca fiind lipsite de sens. Tu doar exişti.

Te va ajuta foarte mult acest întuneric interior. Iar noaptea, când vei contempla întunericul, acel întuneric interior pe care l-ai avut cu tine toată ziua, te va ajuta să îl întâlneşti pe cel exterior-interiorul va dori să întâlnească exteriorul.

Şi doar ţinând minte că tu duci în tine întunericul – că eşti plin de el, că fiecare por şi celulă a corpului este plină de el – doar prin aceasta te vei simţi foarte relaxat. Încearcă. Te vei simţi foarte relaxat. Totul din tine va fi încetinit. Nu vei mai fi capabil să fugi, doar vei merge, iar acest mers va fi foarte lent. Vei merge foarte încet, aşa cum merg femeile gravide; vei merge foarte atent, foarte încet. Acum cari ceva în interior.

Atunci când ai o flacără se va întâmpla exact opusul: mersul îţi va deveni mai rapid, ai dori chiar să alergi. Va exista mai multă activitate. Cărând întunericul, vei fi relaxat. Iar unii vor începe să creadă că eşti leneş.

În zilele în care eram la universitate am făcut acest experiment timp de doi ani de zile. Devenisem atât de leneş încât îmi era greu să mă dau şi jos din pat. Profesorii începuseră să devină îngrijoraţi şi credeau că s-a întâmplat ceva rău cu mine – ori că eram bolnav, ori că devenisem indiferent. Un profesor care mă iubea foarte mult, şeful de catedră, în zilele de examen era atât de îngrijorat încât venea după mine în cămin ca să mă aducă la examen astfel încât să nu întârzii. În fiecare zi venea să vadă dacă am intrat la ore după care se liniştea şi pleca acasă.

Încearcă. Este una dintre cele mai frumoase experienţe ale vieţii – să poţi căra întunericul în pântecul tău, să devii întuneric. Când mergi sau mănânci sau când

faci orice altceva, aminteşte-ţi că întunericul te-a umplut, că eşti plin de el. Şi apoi o să vezi cum se schimbă lucrurile. Nu vei mai putea să fii foarte activ, tensionat, excitat. Somnul va deveni atât de profund încât visele vor dispărea şi întreaga zi te vei mişca ca şi când ai fi scufundat într-un somn profund.

Sufiştii au folosit această metodă; a fost folosită în special de o anumită grupare cunoscută sub numele de sufiştii „beţi". Ei erau beţi de întuneric. Făceau gropi în pământ, se întindeau în ele şi apoi meditau întreaga noapte asupra întunericului – deveneau una cu el. Ochii lor îţi arătau că erau „intoxicaţi". Din ochii lor puteai simţi o relaxare atât de profundă, o vibraţie relaxantă care nu poate apărea decât dacă eşti intoxicat puternic sau dacă te simţi foarte somnoros. Doar atunci ochii tăi vor putea să aibă o asemenea expresie. Chiar erau beţi, dar de întuneric.

77. Când afară nu plouă şi nu este o noapte fără lună, închide ochii şi descoperă întunecimea în faţa ta. Deschizând ochii, priveşte întunecimea. Astfel, orice vinovăţie va dispărea pentru totdeauna.

Mai devreme am spus că dacă închizi ochii acel întuneric pe care îl găseşti acolo este fals: deci ce poţi face dacă afară nu este o noapte fără lună? Sau ce vei face când afară este lună plină? Răspunsul ţi-l oferă chiar această sutra.

Când afară nu plouă şi nu este o noapte fără lună, închide ochii şi descoperă întunecimea în faţa ta.

La început, întunericul va fi fals. Dar tu îl poţi face real şi iată cum – *deschizând ochii, descoperă întunecimea*. Mai întâi închide ochii şi vezi întunecimea. Apoi deschide ochii şi priveşte în afară întun ericul pe care l-ai văzut în interior. Dacă cel de afară dispare, înseamnă că întunecimea pe care ai văzut-o înăuntru a fost falsă.

Este puţin mai dificil. La prima tehnică, tu aduci în interior întunericul, la cea de-a doua duci în afară falsul – continui să îl cari în exterior. Închide ochii şi simte întunericul; deschide ochii şi priveşte întunericul în afară.

În acest mod, vei arunca în afară întunericul fals din interior.

Continuă să-l arunci. Va dura cel puţin trei sau şase săptămâni, dar într-o zi vei putea să duci cu adevărat în afară întunericul interior. Iar în clipa în care vei putea face acest lucru, atunci vei întâlni în întunericul real. Realul poate fi scos în exterior, în schimb falsul nu poate fi.

Şi este o experienţă magică. Dacă poţi elimina în exterior întunericul lăuntric, vei putea să faci acelaşi lucru şi într-o cameră luminată, iar în faţa ta se va răspândi o zonă de întuneric. Experienţa va fi foarte ciudată.

Sau chiar în lumina soarelui… dacă ai ajuns la întunericul real vei putea să îl duci afară. În faţa ta se va răspândi acea zonă de întuneric şi atunci o vei putea extinde.

Odată ce cunoşti secretul vei putea avea întuneric – ca în cea mai întunecoasă noapte – chiar şi la amiază. Soarele va fi pe cer, dar tu vei putea să răspândeşti întunericul. Întunericul există veşnic, chiar şi când soarele străluceşte pe cer. Acum nu îl poţi vedea, deoarece lumina soarelui este ca un voal. Dar odată ce ştii cum să îl descoperi, vei putea să îl observi chiar şi în timpul zilei.

În Tibet există multe tehnici asemănătoare cu aceasta. Poate că ai auzit de o tehnică numită „yoga căldurii”. Noaptea este geroasă şi ninge, iar un călugăr, un lama tibetan stă afară în zăpadă şi începe să transpire. Este un miracol. Cum transpiră? Elimină în exterior căldura interioară.

Şi, de asemenea, poate fi scoasă afară şi răcoarea interioară. Se spune că în viaţa lui Mahāvīra… Nimeni nu a încercat să explice până acum acest lucru. Jainiştii cred că el practica o austeritate, o privaţiune, dar nu este adevărat. Se spune că, atunci când era vară, când soarele ardea puternic, Mahāvīra stătea mereu exact în arşiţă. Iar în timpul iernii căuta cel mai geros loc posibil – sub un copac sau lângă un râu unde temperatura să fie sub zero grade.

În anotimpul călduros căuta locul cel mai fierbinte,

iar iarna căuta cel mai răcoros loc. Discipolii săi credeau că practica anumite austerităţi. Nu. El doar încerca nişte tehnici interioare asemănătoare cu aceasta pe care o discutăm.

Când era cald, încerca să îşi aducă răcoarea interioară în afară; când era frig îşi aducea căldura – şi acestea nu pot fi simţite decât în clipa în care există un contrast. Mahāvīra nu era împotriva corpului, nu era un duşman al trupului aşa cum credeau jainiştii. Aceştia credeau că îşi chinuie corpul pentru a scăpa de dorinţe. Dar este un nonsens. Nu făcea aşa ceva, ci doar îşi aducea interiorul în afară – şi era protejat de interior. Aşa cum un lama tibetan poate transpira în timpul iernii, Mahāvīra putea sta sub soarele dogoritor al verii fără să transpire. El îşi scotea afară răcoarea sa interioară şi aceasta putea să îi protejeze corpul de căldură.

În mod similar, tu îţi poţi aduce în afară întunericul interior şi această senzaţie va fi foarte răcoroasă. Dacă o poţi face, nu te va mai deranja nicio pasiune, niciun fel de excitare. Încearcă. Sunt trei lucruri de făcut: primul este să priveşti fix în întuneric cu ochii deschişi şi să permiţi întunericului să pătrundă în tine. Al doilea: simte întunericul ca fiind pântecul din care se naşte totul; trăieşte cu acest sentiment; fiind în el uită din ce în ce mai mult de tine. Şi al treilea: du o bucată de întuneric în inima ta oriunde ai fi.

Dacă poţi face asta, întunericul va deveni lumină. Vei fi iluminat prin întuneric.

Când nu plouă şi nu este o noapte fără lună, închide ochii şi descoperă întunecimea în faţa ta. Deschizând ochii, priveşte întunecimea.

Aceasta este metoda. Mai întâi simte întunericul în interior, simte-l profund astfel ca să îl poţi percepe în afară. Apoi deschide ochii brusc şi simte-l în afară. Îţi va lua ceva timp.

Astfel, orice vinovăţie va dispărea pentru totdeauna.

Şi dacă poţi scoate în exterior întunericul interior, greşelile dispar pentru totdeauna, deoarece prin simţirea

acelui întuneric interior vei deveni foarte rece, calm, tăcut, fără tensiuni, şi astfel greşelile nu mai pot rămâne în tine.

Ţine minte: greşelile sau vinovăţiile nu pot exista decât dacă tu eşti tensionat, dacă ai tendinţa să te enervezi. Greşelile nu există prin ele însele; ele există în măsura în care tu devii nervos. Cineva te insultă şi momentan nu ai un întuneric care să absoarbă acea jignire: atunci devii furios. Începi să te înfierbânţi şi poţi acţiona nebuneşte – prin violenţă, crime. Totul este posibil – acum eşti nebun. Cineva te laudă – acum din nou înnebuneşti, dar te afli la extrema cealaltă.

Peste tot în jurul tău există multe situaţii şi tu nu eşti capabil să absorbi nimic. Insultă un buddha: el va absorbi totul, va mesteca şi va digera totul. Cine va digera această insultă? Acea oază de întuneric, de tăcere. Poţi arunca orice fel de otravă în ea; totul va fi absorbit. Din ea nu mai apare niciun fel de reacţie.

Încearcă: când cineva te insultă doar adu-ţi aminte că tu eşti plin de întuneric şi vei simţi că acolo nu va mai exista nicio reacţie. Treci pe stradă şi vezi o femeie frumoasă – începi să fii excitat. Atunci simte că eşti umplut de întuneric şi vei vedea că pasiunea dispare. Încearcă. Poţi experimenta aceste lucruri, nu trebuie doar să crezi orbeşte.

Când simţi că eşti copleşit de pasiune sau dorinţă sau de sex, doar adu-ţi imediat aminte de întunericul interior. Pentru un singur moment închide ochii şi simte întunericul – vei vedea că pasiunea sau dorinţa a dispărut deja.

Întunericul a absorbit-o. Tu ai devenit un vid infinit în care poate cădea orice, fără a mai apărea înapoi. Acum eşti precum un abis.

De aceea, Shiva spune: *Astfel, orice vinovăţie va dispărea pentru totdeauna*. Aceste tehnici par atât de simple – chiar sunt. Poate nu se ridică la înălţimea ego-ului tău, dar totuşi practică-le. Se întâmplă mereu ca noi să nu încercăm anumite lucruri simple, deoarece gândim că sunt pe ea puerile pentru a fi adevărate. Şi adevărul este întotdeauna simplu, el nu este niciodată complicat. Nu este

nicio nevoie să fie complicat. Doar minciunile sunt complicate. Acestea nu pot fi simple pentru că dacă ar fi, atunci ar fi descoperite imediat.

Din cauză că ceva pare simplu, noi credem că nu poate ieşi nimic din acesta.

Nu înseamnă că nu va ieşi nimic din acel lucru, dar ego-ul nostru nu se mulţumeşte decât cu ceva dificil. Multe şcoli şi sisteme şi-au modificat metodele tocmai din această cauză. Nu este nicio nevoie de aşa ceva, dar totuşi ele au creat nişte complicaţii nenecesare doar pentru ca omul, ca ego-ul său să se simtă provocat, să simtă că este pus la încercare. Dacă ceva este dificil şi nu poate fi făcut decât de foarte puţini oameni, atunci vei simţi: „Iată un lucru potrivit pentru mine, deoarece doar puţini îl pot face; rar poate cineva să reuşească să îl facă”.

Aceste metode însă sunt extrem de simple. Shiva nu ţine seama de tine, de ego-ul tău. El pur şi simplu descrie metoda aşa cum este ea – cât de simplu se poate, cât se poate de telegrafic, doar esenţialul. Deci nu căuta să îţi pui la încercare ego-ul. Aceste tehnici nu sunt pentru a te trimite într-o competiţie a ego-urilor. Poate pentru tine nu par o provocare, dar le poţi practica şi vei vedea că te vor transforma. Iar competiţiile nu sunt bune, deoarece te înfierbântă, te agită, te înnebunesc.

78. Ori de câte ori atenţia ţi se trezeşte, în chiar acel punct, experienţa.

Ce experienţă? În această tehnică trebuie, în primul rând, să îţi dezvolţi atenţia. Este necesară o atitudine foarte atentă şi doar atunci va fi posibilă tehnica; deci, oricând atenţia ţi se trezeşte, poţi experimenta – te poţi experimenta pe tine însuţi. Doar uitându-te la o floare te poţi experimenta. Atunci privitul la floare nu va fi doar o privire, ci va fi şi o privire la privitor – dar aceasta numai dacă cunoşti secretul atenţiei.

Priveşti la floare şi poţi crede că tu priveşti floarea, dar de fapt ai început să te gândeşti la ea şi atunci o pierzi. Tu nu te mai afli acolo, ai plecat. Prin atenţie se înţelege ca atunci când priveşti o floare, să priveşti floarea şi să nu

mai faci nimic altceva – ca şi cum mintea s-ar opri şi gândirea dispare, doar o simplă experienţă a florii care fiinţează lângă tine. Tu te afli aici, floarea se află acolo şi între voi doi nu există niciun gând.

Brusc – dacă este posibilă o astfel de stare – de la floare atenţia ta se va întoarce înapoi, se va revărsa în tine. Aceasta va deveni un cerc. Te vei uita la floare, o vei privi şi privirea se va întoarce înapoi; floarea o va reflecta, ea o va trimite înapoi. Dacă nu există nici un singur gând, se va întâmpla. Atunci tu nu te uiţi doar la floare, ci te uiţi şi la privitor.

Floarea şi privitorul au devenit două obiecte, iar tu ai devenit un martor al amândurora.

Dar mai întâi, trebuie să fie antrenată atenţia, deoarece acum ea nu există. Atenţia ta este doar o pâlpâire care sare de la un lucru la altul. Tu nu eşti atent nici măcar pentru un singur moment la ceva anume. Chiar dacă eu vorbesc, tu nu auzi toate cuvintele mele. Auzi un cuvânt, apoi atenţia zboară în altă parte; revii şi auzi alt cuvânt, apoi atenţia zboară din nou în altă parte. De fapt, auzi câteva cuvinte şi între timp umpli pauzele cu altceva, crezând că m-ai ascultat.

Şi ceea ce duci cu tine acum este propria ta creaţie. Tu ai auzit doar câteva cuvinte de la mine, iar pauzele existente le-ai umplut cu altceva şi tot ceea ce introduci în aceste pauze va transforma totul. Eu spun un cuvânt şi tu deja începi să te gândeşti la el. Nu poţi rămâne tăcut. Dacă poţi rămâne tăcut în timp ce asculţi, atunci vei deveni atent.

Atenţia înseamnă o vigilenţă tăcută, fără ca acolo să existe vreo interferenţă a gândurilor. Dezvolt-o. Şi o poţi dezvolta doar dacă o practici; nu există altă posibilitate. Practic-o şi va creşte. Încearcă să o dezvolţi oriunde te-ai afla şi în orice faci.

Călătoreşti cu maşina sau cu trenul – ce faci de fapt acolo? Încearcă să îţi dezvolţi atenţia; nu pierde timpul. Te afli într-un tren timp de o jumătate de oră: dezvoltă-ţi atenţia. Doar fii acolo. Nu gândi. Priveşte la cineva sau la

tren sau uită-te afară, dar fii privirea. Nu gândi nimic. Opreşte gândirea. Fii acolo şi priveşte. Privirea ta va deveni directă, penetrantă şi aceasta va fi de peste tot reflectată înapoi, iar tu vei deveni conştient de privitor.

Nu eşti conştient de tine deoarece te afli în faţa unui zid. Când te uiţi la o floare, primul lucru care îţi schimbă privirea este chiar gândul; gândurile sunt cele care dau culoare florii. Apoi acea privire se îndreaptă spre floare. După aceea se întoarce înapoi, dar atunci din nou tot gândurile vor da o nouă culoare. Când privirea se întoarce înapoi, ea nu te găseşte niciodată acolo. Tu deja ai plecat, deja te afli în altă parte.

Fiecare privire revine înapoi; totul este reflectat, este „replicat”, dar tu nu te afli niciodată la primire. Deci trebuie să fii prezent pentru a recepţiona totul. Poţi încerca acest lucru întreaga zi şi asupra oricăror acţiuni – astfel vei începe să îţi dezvolţi atenţia. Iar când ai reuşit poţi face următorul lucru:

Ori de câte ori ţi se trezeşte atenţia, în chiar acel punct, experienţa.

Apoi priveşte undeva, însă doar priveşte. Atenţia s-a aprins, s-a luminat – te vei experimenta pe tine însuţi. Dar prima cerinţă este să ai capacitatea de a fi atent. Şi o poţi practica. Nici nu este nevoie să îi aloci un timp special.

În orice faci – mănânci, faci baie, orice – doar fii atent. Dar care este problema? Aceea că noi facem totul cu mintea şi ne facem în continuu planuri de viitor. Poate călătoreşti într-un tren, dar mintea aranjează deja alte călătorii, ea îşi face deja alte planuri. Încetează acest lucru.

Un călugăr zen, Bokuju, a spus: „Iată singura meditaţie pe care o cunosc: în timp ce mănânc, mănânc; când merg, merg. Iar când sunt somnoros, mă culc. Orice se întâmplă, se întâmplă. Eu nu intervin niciodată”.

Asta este tot – nu trebuie să intervii. Şi orice se întâmplă, permite-i să se întâmple; tu doar fii acolo. Astfel, vei obţine atenţia. Şi când ai atenţie, tehnica se află la îndemâna ta.

Ori de câte ori atenţia ţi se trezeşte, în chiar acel punct, experienţa. Atunci îl vei experimenta pe experimentator; te vei întoarce înapoi în tine. Tu vei fi reflectat de peste tot. Întreaga existenţă va deveni o oglindă şi tu vei fi reflectat de peste tot. Întreaga existenţă te va oglindi şi doar atunci te vei putea cunoaşte pe tine, niciodată înainte.

Până când întreaga existenţă nu devine pentru tine o oglindă, până nu eşti dezvăluit de fiecare parte a existenţei, până când orice legătură nu te deschide... Tu eşti un fenomen atât de infinit – oglinzile normale nu vor fi de folos. În interior eşti o existenţă atât de vastă încât nu poţi fi dezvăluit, nu poţi avea o licărire a propriei fiinţe decât atunci când întreaga existenţă devine o oglindă. Doar când întregul univers devine o oglindă vei putea fi oglindit. În tine există Divinul.

Şi aceasta este tehnica prin care poţi face ca existenţa să devină o oglindă: creează atenţia, devino mai atent şi oricând atenţia ta se trezeşte – oriunde, pe orice obiect poposeşti – brusc experimentează-te pe tine. Este posibil, dar momentan este imposibil deoarece nu îndeplineşti cerinţa de bază.

Acum te poţi uita la o floare, dar aceasta nu este atenţie. Doar treci pe lângă floare, fugi pe lângă ea, te învârteşti mereu în jurul ei. Poate că în grabă ai văzut-o, dar nu te-ai aflat acolo nici măcar pentru un singur moment.

Iată cum întreaga viaţă devine meditativă: *Ori de câte ori atenţia ţi se trezeşte, în chiar acel punct, experienţa*. Doar îţi aduci aminte de tine.

Motivul pentru care această tehnică este de mare ajutor este foarte simplu. Aruncă o minge spre un zid – mingea va veni înapoi. Când priveşti o floare sau un chip uman, atunci este aruncată o anumită energie – privirea ta este energie. Şi tu nu eşti conştient de faptul că atunci când priveşti transmiţi energie, investeşti o anumită cantitate de energie. În acest moment arunci o anumită cantitate de energie din viaţa ta. De aceea, oboseşti atunci

când te uiţi mult timp pe stradă: oamenii, maşinile trec pe lângă tine, vezi reclame, magazine. Privind peste tot te vei simţi extenuat şi atunci vrei să închizi ochii şi să te relaxezi. De fapt, ce s-a întâmplat? De ce te simţi atât de extenuat? Deoarece ai irosit energie. Buddha şi Mahāvīra au insistat amândoi asupra faptului că discipolii să nu privească prea mult în exterior; ei trebuie să privească spre pământ. Buddha spune că nu trebuie să priveşti decât în faţa ta. Nu privi nicăieri, ci doar asupra drumului pe care să mergi – doar la doi metri înainte. Această distanţă este foarte potrivită; nu privi mai departe, deoarece nu trebuie să îţi iroseşti fără rost energia.

Atunci când priveşti, pierzi o anumită cantitate de energie. Aşteaptă, fii tăcut şi permite-i energiei să vină înapoi. Şi vei fi surprins de ce se întâmplă: nu vei mai fi niciodată obosit. Mâine dimineaţă încearcă această tehnică. Fii tăcut şi priveşte un lucru. Fii tăcut, nu te gândi la el şi aşteaptă cu răbdare – energia va veni înapoi. Vei fi revitalizat.

Mulţi mă întreabă: „De ce încă nu ai nimic la ochi? La cât de mult citeşti trebuia să îţi fi pus de mult ochelari”.

Poţi citi, dar dacă citeşti în tăcere fără să ai niciun gând, energia se întoarce înapoi. Astfel ea nu va fi niciodată irosită. Nu te vei simţi niciodată obosit. Întreaga viaţă am citit câte 12 ore pe zi, uneori chiar 18 ore, însă nu am simţit niciodată oboseala. Nu am simţit niciodată vreo oboseală a ochilor. Fără să existe gânduri, energia se întoarce înapoi; acolo nu mai există nicio barieră.

Dacă nu eşti plecat şi te afli acolo, o vei reabsorbi, iar această reabsorbire te va reîmprospăta. În loc ca ochii tăi să se simtă obosiţi, se vor simţi mai relaxaţi, mai umpluţi de mai multă energie.

52. TRĂIREA ÎN MOMENTUL ACTUAL

27. V.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. De ce sunt structurile filosofice antimeditative?
2. Pot fi problemele rezolvate prin gândire?
3. Când priveşti, contează obiectul?

4. Este posibil ca religia să se întâlnească cu ştiinţa?

5. Cum se poate depăşi nerăbdarea?

Te rog, mai luminează-ne în privinţa întunericului.

1. Ieri seară ai spus că filosofiile sunt antimeditative. Dar, pe de altă parte, ai afirmat că filosofule orientale – tantra, yoga, Vedanta – sunt scrieri ale înţelepţilor antici. Atunci de ce aceşti înţelepţi au lăsat în urma lor o puternică structură filosofică dacă filosofia este antimeditativă?

Filosofia nu este *darshan* – darshan este un termen oriental. Darshan înseamnă percepţie, filosofia înseamnă gândire. Herman Hesse a creat un nou termen pentru darshan, un termen care este tradus în limbile occidentale ca „filosia" – „sta" vine de la „a vedea".

Filosofia înseamnă să gândeşti, iar darshan înseamnă să vezi. Acestea două sunt total diferite – nu doar diferite, ci total opuse, deoarece atunci când gândeşti nu mai vezi. Tu eşti atât de aglomerat de gânduri încât percepţia ta este complet întunecată, este total umbrită. Când gândirea încetează tu devii capabil să vezi. Atunci ţi se deschid ochii. Percepţia apare doar când încetează gândirea.

Pentru Socrate, Platon, Aristotel şi pentru întreaga tradiţie occidentală, gândirea este baza. Pentru Kanad, Kapila, Patañjali, Buddha şi toată tradiţia orientală, fundaţia este constituită din vedere. Aşa că Buddha nu este un filosof; nici Patañjali, nici Kapila şi nici Kanad. Ei au văzut adevărul, ei nu s-au gândit la el.

Ţine bine minte: atunci când nu vezi, gândeşti. Dacă poţi vedea nu este nicio nevoie să mai gândeşti. Gândirea se află întotdeauna în ignoranţă. Gândirea nu este cunoaştere, deoarece atunci când cunoşti, nu este nicio nevoie să gândeşti. Când nu cunoşti umpli acel gol prin gândire. Gândirea este o orbecăială prin întuneric. Filosofiile orientale nu sunt filosofii. Este absolut greşit să foloseşti cuvântul „filosofie" pentru darshan. Darshan înseamnă a vedea, a realiza, a cunoaşte – imediat, direct, fără să mai treci prin gândire. Gândirea nu te poate conduce niciodată spre necunoscut. Cum ar putea? Este

imposibil. Trebuie înţeles chiar procesul gândirii. Ce faci de fapt atunci când gândeşti? Continui să repeţi vechile memorii sau idei. Dacă te întreb: „Există Dumnezeu?” – tu poţi începe să te gândeşti la aceasta. Ce vei face? Vei repeta tot ce ai citit, tot ce ai auzit despre Dumnezeu. Chiar dacă ajungi la o concluzie nouă, această noutate va fi doar aparentă, ea nu va fi reală. Va fi doar o simplă combinaţie de gânduri vechi. Poţi combina în multe feluri gândurile vechi şi poţi ajunge la o structură nouă, dar aceasta doar va părea nouă.

Gândirea nu poate ajunge niciodată la adevărul adevărat. Ea nu este niciodată originală: nu poate fi. Aceasta este întotdeauna veche, ea aparţine trecutului, cunoscutului. Gândirea nu poate atinge necunoscutul: se învârte mereu în jurul cunoscutului.

Tu nu cunoşti adevărul sau pe Dumnezeu. Ce poţi face? Te poţi însă gândi la asta. Vei începe să te mişti în cerc. Astfel, nu poţi ajunge niciodată la o experienţă adevărată.

Deci, Orientul nu pune accentul pe gândire, ci pe vedere. Nu poţi gândi ceva despre Dumnezeu, dar îl poţi vedea, îl poţi realiza. Acesta poate deveni o experienţă. Nu îl poţi realiza prin scripturi, prin teorii sau filosofii. îl poţi realiza doar dacă arunci toate cunoaşterile pe care le ai. Trebuie să pui deoparte tot ceea ce ai auzit, citit şi colectat: trebuie să renunţi la tot praful şi trecutul pe care le acumulează mintea. Atunci ochii îţi sunt proaspeţi, conştiinţa este neîntunecată şi astfel vei putea vedea.

Ceea ce cauţi se află chiar aici şi acum – dar tu eşti plin de nori. Nu trebuie să te duci undeva anume pentru ca să descoperi Divinul sau Adevărul

— Acesta este chiar aici. El se află exact acolo unde te afli şi tu. Întotdeauna a fost aşa – doar că ochii îţi sunt închişi. Deci problema nu constă în gândire sau în cum să raţionezi mai bine, ci cum să ajungi la o conştiinţă lipsită de gânduri. De aceea, eu spun că filosofia şi meditaţia sunt opuse una alteia. Filosofia este gândire, iar meditaţia este conştiinţă non-gânditoare. Filosofiile orientale nu sunt de

fapt nişte filosofii. În Occident, există filosofii; în Orient, există doar realizări religioase.

Bineînţeles că, atunci când un Buddha sau un Patañjali sau oricine altcineva ajunge să realizeze Absolutul, acela va relata ceea ce s-a întâmplat într-un fel anume.

Însă aceste afirmaţii sunt diferite de cele aristotelice sau de concluziile filosofice occidentale. Iată diferenţa: un Buddha sau un Kanad ajunge mai întâi să realizeze – realizarea este primul lucru – şi apoi face afirmaţii despre aceasta. Experienţa are întâietate şi apoi el exprimă ceea ce a trăit. Aristotel, Hegel, Kant, ei gândesc şi apoi, prin aceste gânduri şi argumente logice, ajung la anumite concluzii. Dar aceste concluzii au fost realizate prin gândire, prin minte şi nu prin practica meditaţiei. Iar după aceasta ei încep să facă afirmaţii.

Însă sursa este diferită.

Pentru un Buddha, vorbele sau afirmaţiile sale sunt doar nişte vehicule prin care poate comunica. El nu spune însă că prin această comunicare vei descoperi adevărul. Dacă îl înţelegi pe Buddha, asta nu înseamnă că ai şi descoperit adevărul, ci doar ai adunat mai multă cunoaştere. Va trebui să treci prin meditaţii profunde, va trebui să treci prin toate nivelele minţii şi doar după aceea vei descoperi adevărul.

Adevărul este atins printr-o anumită experienţă existenţială. Subliniez existenţială şi nu mentală. Trebuie să schimbi ceva: să treci de la cunoaşte, la a fi. Dacă rămâi acelaşi şi continui să aduni informaţii, vei fi un mare filosof sau un mare învăţat, dar nu vei fi iluminat. Vei rămâne acelaşi om; acolo nu s-a întâmplat niciun fel de mutaţie.

De aceea, eu spun că filosofia este o anumită dimensiune, iar meditaţia este diametral opusă – este total opusă. Deci nu te gândi la viaţă; mai degrabă trăieşte viaţa în profunzime. Şi nu te gândi la problemele spirituale, nu te gândi la final; mai degrabă intră în chiar acest moment în final. Iar finalul nu se află în viitor – el este întotdeauna *aici* şi *acum*, este veşnic aici.

2. *Pot fi problemele rezolvate prin gândire*?

Da, anumite probleme pot fi rezolvate prin gândire – doar acele probleme create de gândire pot fi rezolvate de aceasta. Dar prin ea nu se poate rezolva o problemă reală, o problemă de viaţă, pentru că aceasta nu este creată de gândire, ci se află chiar în viaţă. Aici gândirea nu va fi de prea mare ajutor. Gândirea nu te poate ajuta decât într-un fel anume: tot gândind şi gândind mereu, la un moment dat vei realiza faptul că aceasta este nefolositoare. Şi în clipa în care ajungi să realizezi că gândirea este inutilă în problemele existenţiale, putem spune că ea a reprezentat un ajutor. Prin gândire ai ajuns la această realizare.

Doar problemele create de gândire pot fi rezolvate de aceasta. De exemplu, o problemă de matematică: poate fi rezolvată prin gândire, deoarece matematica este creată de gândire. Dacă nu ar fi niciun om pe Pământ, ar mai exista matematica? Nu. Odată cu dispariţia minţii umane va dispărea şi matematica. În viaţă şi existenţă nu există niciun fel de matematică. Într-o grădină cresc nişte copaci, dar când îi numeri: „Unu, doi, trei” – acolo nu mai sunt trei copaci – deoarece „trei” este un lucru mental. Copacii există, dar nu şi numerele tale. Numărul trei este doar în mintea ta.

Dacă tu nu vei mai fi acolo, copacii vor fiinţa în continuare, dar nu trei copaci, ci doar copacii. Acest trei este o calitate conferită de minte, este o calitate proiectată.

Mintea creează matematica şi orice problemă de matematică va fi rezolvată de minte, de raţiune. Ţine minte, nu poţi rezolva o problemă de matematică prin non-gândire. Aici nu va fi de folos niciun fel de meditaţie, deoarece meditaţia va dizolva mintea şi odată cu aceasta se va dizolva şi matematica. Deci există probleme create de minte care pot fi rezolvate doar de minte. Dar există probleme care nu sunt create de minte, acestea sunt existenţiale şi nu pot fi rezolvate de minte. Atunci va trebui să pătrunzi adânc în existenţă.

De exemplu, iubirea. Este o problemă existenţială.

Nu o vei putea rezolva prin gândire; mai degrabă vei deveni mai confuz. Cu cât vei gândi mai mult, cu atât vei fi mai puţin legat de sursa problemei. Aici meditaţia te va ajuta. Ea te va ajuta să pătrunzi, te va conduce spre rădăcinile inconştiente ale problemei. Dacă însă vei gândi, vei rămâne la suprafaţă.

Deci, ţine minte, problemele vieţii nu pot fi rezolvate prin gândire. Dimpotrivă, datorită unei gândiri prea persistente vei pierde toate soluţiile şi astfel se vor crea mai multe probleme. Un alt exemplu; moartea. Moartea nu este o problemă creată de gândire şi nici nu o poţi rezolva prin gândire. Cum ai putea să o rezolvi astfel? Te poţi consola şi poţi crede că această consolare este o soluţie – dar nu este. Te poţi păcăli, te poţi amăgi – iată ce se poate întâmpla prin gândire. Poţi crea multe explicaţii şi să crezi că prin acestea ai rezolvat totul. Poţi scăpa, poţi fugi de problemă prin gândire, dar nu o vei putea rezolva. Şi observă clar această distincţie.

De exemplu, iubitul sau iubita, prietenul sau copilul, moare. Acum ce mai poţi face? Te poţi gândi la ce s-a întâmplat. Te vei gândi şi vei spune că sufletul este nemuritor – ai citit despre acesta. În Upanishade se spune că doar trupul moare, sufletul este nemuritor. Dar tu nu cunoşti acest lucru. Dacă cunoşti cu adevărat, atunci acolo nu mai există niciun fel de problemă. Dacă ai înţelege cu adevărat că sufletul este nemuritor, înseamnă că nu vei fi deloc afectat, acolo nu ar mai exista nicio problemă. Însă problema persistă; moartea a apărut şi tu eşti tulburat – deja suferi profund. Vrei să scapi de această suferinţă, acum vrei să uiţi această durere pe care o ai.

Poţi accepta ideea că sufletul este nemuritor – dar acesta este un truc. Nu înseamnă că sufletul nu este nemuritor – eu nu spun aşa ceva – dar pentru tine acest gând este doar o şmecherie. Încerci să te păcăleşti singur.

Acum suferi şi vrei să scapi de această suferinţă, iar această idee te va ajuta să faci asta. Te poţi consola cu ideea că sufletul este nemuritor, că doar corpul moare şi că acesta este doar o haină pe care sufletul o schimbă în

pelerinajul său.

Continui să gândeşti astfel, dar tu de fapt nu şti i nimic despre acest lucru. Ai adunat nişte informaţii şi prin aceste explicaţii te simţi liniştit. Astfel, poţi uita de moarte.

Dar aceasta nu este o soluţie. Nu vei rezolva nimic. În următoarea zi va muri altcineva şi va apărea aceeaşi problemă, acelaşi fenomen. Iar în adâncul tău ştii că vei muri şi tu. Nu poţi scăpa de moarte – frica aceasta există în tine.

Însă poţi să continui să amâni totul prin explicaţii. Nu aceasta este rezolvarea.

Moartea este o problemă existenţială. Nu o poţi rezolva prin gândire. Prin gândire nu poţi crea decât soluţii false. Deci ce poţi face? Există însă şi o altă dimensiune – aceea a meditaţiei, nu a gândirii. Aici doar tu întâlneşti moartea. Iubitul sau iubita a murit. Nu pătrunde în gândire, nu aduce lângă tine Upanishadele sau Biblia sau Gita. Nu te apuca să îl întrebi nimic pe Buddha sau pe Iisus. Lasă-i în pace.

Moartea a apărut: întâlneşte-o. Fii total în această situaţie. Nu te gândi la ea – ce ai putea gândi despre ea? Nu vei face altceva decât să repeţi ceea ce au spus alţii. Moartea este un fenomen atât de nou, atât de necunoscut, încât cunoaşterea ta nu te va ajuta la nimic. Lasă mintea deoparte şi intră într-o profundă meditaţie.

Nu face nimic – ce ai putea face ca să te ajute? Tu nu ştii nimic despre ea. Aşa că rămâi în ignoranţă. Nu introduce acolo o cunoaştere falsă sau împrumutată. Moartea este prezentă; tu fii cu ea. Stai în faţa ei fiind total prezent. Nu intra în raţionamente pentru că dacă o faci, atunci fugi de situaţia existentă, devii absent, nu mai te afli acolo. Nu gândi. Fii prezent.

Va apărea tristeţea şi durerea – lasă-le să fie. Acestea fac parte din viaţă, fac parte din maturizare, fac parte din realizarea ultimă. Rămâi acolo fiind total prezent. Aceasta va fi meditaţia şi vei ajunge la o profundă înţelegere a morţii. Atunci chiar moartea în sine va deveni o viaţă eternă.

Nu trebuie să implici mintea şi cunoaşterea. Rămâi cu moartea şi atunci ea ţi se va dezvălui, iar astfel vei cunoaşte cu adevărat ce este ea. Atunci vei intra în interiorul ei. Moartea te ve conduce chiar până în centrul vieţii – pentru că ea este centrul vieţii. Ea nu este împotriva vieţii, ci este chiar procesul vieţii. Însă mintea introduce această contradicţie, cum că viaţa şi moartea sunt total opuse. Şi apoi începi să te gândeşti – dar pentru că încă din start ai plecat greşit, atunci nu vei ajunge la niciun fel de concluzie care să fie adevărată şi reală.

Ori de câte ori există o problemă de viaţă, fii în acea problemă, dar fii fără minte – iată ce înţeleg eu prin meditaţie – şi doar fiind acolo problema se va rezolva. Iar dacă ai fost cu adevărat prezent, moartea nu te va mai îngrozi – pentru că acum ştii ce este ea.

Dar noi nu facem niciodată aşa – nici cu moartea, nici cu iubirea, cu nimic care este autentic şi real. Noi ne aflăm întotdeauna în gânduri şi ele sunt cele care falsifică totul. Acestea nu sunt nici măcar ale tale, sunt împrumutate. Ele nu te pot elibera. Doar adevărul propriu poate deveni eliberarea ta. Şi tu nu poţi ajunge la un adevăr al tău decât printr-o prezenţă foarte tăcută. Gândirea nu poate rezolva nicio problemă reală. Raţiunea însă poate rezolva orice problemă creată de ea însăşi – deoarece astfel de probleme urmează regulile logicii. Viaţa nu urmează nicio regulă a logicii. Viaţa are propriile ei legi şi asupra acestora nu poţi impune logica.

Încă un lucru: ori de câte ori impui mintea asupra a ceva, aceasta va începe să disece, să analizeze. Realitatea este una şi mintea o divide mereu, iar când ai divizat o realitate, ai falsificat-o. Atunci te poţi lupta toată viaţa să faci ceva, dar nu vei atinge nimic – deoarece realitatea a fost una şi mintea a divizat-o în două, iar acum tu lucrezi asupra unei diviziuni.

De exemplu, după cum spuneam, viaţa şi moartea sunt una, dar pentru minte, moartea este duşmanul vieţii. Nu este aşa, deoarece viaţa nu poate exista fără moarte. Atunci, dacă viaţa nu poate exista fără moarte, cum ar

putea moartea să îi fie duşman. Ea este cea care face viaţa posibilă. Dar mintea, prin gândire, divide acest întreg şi le face să fie opuse. Vei începe să te gândeşti la asta, dar oricum te-ai gândi totul este fals, deoarece încă de la început ai comis un păcat – păcatul divizării. Când meditezi divizările dispar. Când meditezi nu pot exista diviziuni. Cum ar putea exista acestea în tăcere?

Noi existăm. Fiecare gândeşte diferit prin mintea sa: atunci noi suntem deja diferiţi – fiecare este diferit – deoarece tu ai un anumit gând, iar eu am un alt gând. În mintea mea, am propriile mele vise, iar altcineva pe ale sale. Aici există multe individualităţi, dar când noi toţi medităm – nici tu şi nici eu nu mai folosim raţiunea, gândirea dispare atunci nu vor mai exista atât de multe individualităţi. Atunci, de fapt, nu va mai exista nicio individualitate. Când medităm, limitele dispar.

Când medităm amândoi, acolo nu mai sunt două persoane, nu mai pot fi, deoarece două tăceri au devenit una. Nici nu pot fi două – cum ai putea delimita o tăcere de alta? Nu le poţi delimita. Poţi delimita un gând de altul, o minte de alta, dar două tăceri sunt una – exact ca două zerouri. Două zerouri nu sunt două: ele sunt unul. Poţi pune chiar şi o mie de zerouri, dar acestea vor fi tot unul.

Meditaţia creează în interior un zero – toate limitările şi diviziunile dispar. Şi ea îţi va deschide un al treilea ochi, pe cel real – *darshan*. Al treilea ochi există în realitate; iar pentru el realitatea este clară, este deschisă, este dezvăluită. Iar când este dezvăluită nu mai există niciun fel de probleme.

3. Este vreo diferenţă între a privi cerul limpede sau întunericul, sau fotografia unui maestru iluminat?

Tehnica privirii nu se ocupă de obiectul privit, ci de privirea în sine.

Focalizat eşti doar atunci când priveşti fără să clipeşti. Însă natura minţii este aceea de a fi în veşnică mişcare. Dacă priveşti fix, fără să te mişti deloc, atunci mintea se va afla în dificultate. Natura minţii este aceea de a se mişca de la un obiect la altul. Priveşte la cer sau la

întuneric sau la orice altceva, iar dacă priveşti fix, mintea se va opri. Dacă mintea continuă să se mişte, atunci privirea va curge şi ea. Când mintea s-a mişcat în altă parte, tu nu vei mai şti la ce priveai. Fizic, obiectul se va afla acolo, dar pentru tine el este ca şi dispărut – deoarece nu te mai afli acolo, te-ai mutat deja în gând.

Privirea, *trataka*, este ceva care nu îţi lasă conştiinţa să se mişte. La început va fi dificil, acolo va fi o luptă, dar cu timpul, mintea nu va mai putea să lupte. Ea va începe să se oprească în anumite momente. Iar când se opreşte nu mai există minte, deoarece mintea, gândurile, nu pot exista decât în mişcare. Când acolo nu mai există mişcare, gândirea se opreşte, atunci nu vei mai putea gândi – gândirea este un proces.

Dacă priveşti continuu la un obiect, fii pe deplin atent şi conştient

Poţi însă privi şi prin nişte ochi morţi, atunci vei continua să gândeşti. Acolo nu vor exista decât ochii, nu o privire reală, ci una falsă şi mintea va continua să se mişte. Aceasta nu va ajuta la nimic. A privi nu înseamnă doar a vedea cu ochii, acolo mintea trebuie focalizată prin ochi.

Deci, oricare ar fi obiectul… Depinde: dacă îţi place lumina este în regulă. Dacă îţi place întunericul, de asemenea, este ok. Obiectul nu are importanţă atâta timp cât priveşti profund. Problema este că prin privire tu trebuie să opreşti complet mintea, trebuie să o focalizezi astfel încât acel proces interior să înceteze. Doar priveşti, nu faci nimic altceva. Această privire profundă te va transforma complet. Aceasta va deveni o meditaţie.

Şi este foarte bună; o poţi practica. Dar ţine minte: ochii şi conştiinţa trebuie să se întâlnească în acea focalizare. Tu trebuie să priveşti prin ochi, nu trebuie să fii absent. Este nevoie de prezenţa ta – totală. Atunci nu mai poţi gândi, gândirea devine imposibilă. Există însă un singur pericol: acela că poţi adormi, poţi să devii inconştient. Este posibil să adormi chiar şi cu ochii deschişi. Atunci privirea îţi va fi pietrificată.

La început, prima problemă este aceea că poţi să

priveşti fără să fii prezent. Aceasta este prima barieră. Mintea se va mişca. Ochii vor fi fixaţi şi mintea se va mişca – acolo însă nu va fi niciun fel de întâlnire între ochi şi minte. Aceasta va fi prima dificultate întâlnită. Dacă o depăşeşti, atunci va apărea cea de-a doua. Poţi intra într-un fel de auto-hipnoză. Este ceva natural, deoarece mintea noastră nu cunoaşte decât două stări: ori somnul, ori mişcarea constantă. Mintea nu cunoaşte decât aceste două stări.

Cea de-a treia este meditaţia. În cea de-a treia stare, meditaţia, mintea este la fel de tăcută ca în somnul profund, dar la fel de atentă şi conştientă ca atunci când gândeşte şi este trează – ambele trebuie să fie prezente. Tu trebuie să fii pe deplin atent şi totuşi la fel de tăcut ca în somnul profund. În Yoga Sutra, Patañjali spune că meditaţia este asemănătoare somnului profund, dar cu o diferenţă – aceea că eşti conştient. Patañjali echivalează samādhi cu *sushupţi* – meditaţia finală cu somnul profund. Diferenţa este că în somnul profund tu nu eşti conştient, iar în meditaţie eşti conştient, dar calitatea ambelor este tăcerea profundă – tăcera netulburată şi nemişcată.

La început este posibil să adormi. Dar dacă ai devenit capabil să îţi focalizezi mintea şi să nu se mai mişte, atunci poţi rămâne atent, alert, treaz.

Însă, dacă apare somnul, atunci ai căzut în abis. Chiar între aceste două şanţuri – somnul şi gândirea constantă – se află îngustul pod care te propulsează în meditaţie.

4. Ai spus că ştiinţa experimentează cu ceea ce este obiectiv şi religia cu subiectivul. Dar acum există o nouă dezvoltare a ştiinţei, psihologia, sau mai bine spus, psihologia profunzimilor, care este şi subiectivă şi obiectivă. Deci, ştiinţa şi religia se întâlnesc în această psihologie a profunzimilor?

Ele nu se pot întâlni. Psihologia profunzimilor sau studiul fenomenelor psihice este de asemenea tot obiectiv. Şi metoda acestei psihologii este metoda ştiinţei obiective.

Încearcă să observi această distincţie. De exemplu,

poţi studia meditaţia într-un mod ştiinţific. Poţi să observi pe cineva care meditează, dar acest lucru este deja obiectiv pentru tine. Tu meditezi şi eu observ. Pot să aduc acolo toate instrumentele posibile, dar studiul va rămâne tot obiectiv. Eu sunt în afară – nu meditez. Tu meditezi şi tu eşti un obiect pentru mine.

Atunci pot înţelege ce se întâmplă în tine. Chiar şi prin nişte instrumente pot afla multe despre tine, dar va fi tot ceva obiectiv. Deci, orice aş observa sau orice aş studia, nu este realul care ţi se întâmplă ţie, ci doar efectele pe care le înregistrează şi pe care le arată corpul tău. Nu poţi penetra într-un buddha pentru a vedea ce i se întâmplă lui, pentru că acolo nu se întâmplă de fapt nimic. Centrul cel mai profund al unui iluminat este nimicul, goliciunea. Acolo nu se întâmplă nimic. Atunci cum ai putea studia? Totuşi poţi studia ceva: undele alfa; poţi vedea ce se întâmplă cu trupul, cu mintea. Dar în profunzimea sa, atunci când cineva devine iluminat, nu se întâmplă nimic. Tot ce s-ar fi putut întâmpla a încetat să mai existe.

Acum lumea a încetat să mai existe. Samsara a dispărut; nu se mai întâmplă nimic. El este ca şi cum nu ar fi. De aceea, Buddha spun e: Acum am devenit un non-suflet, un non-atman. Înăuntrul meu nu mai există nimeni.

Sunt doar o goliciune. Flacăra a dispărut şi casa a rămas goală”. Nimic nu se întâmplă. Atunci ce mai poţi înţelege, ce mai poţi înregistra? Cel mult poţi înregistra faptul că nu se întâmplă nimic.

Dacă se întâmplă ceva, aceasta poate fi înregistrat în mod obiectiv.

Metoda ştiinţei rămâne obiectivă, iar ştiinţa se teme foarte mult de subiectiv. Ştiinţa şi mintea ştiinţifică nu pot crede în subiectiv, deoarece, în primul rând, este ceva privat şi individual şi nimeni altcineva nu poate intra în el. Acest subiectiv nu poate deveni ceva public şi până când ceva nu devine public nu se poate spune nimic despre el. Persoana care totuşi va spune ceva poate că s-a păcălit sau poate că vrea să păcălească pe alţii. Poate fi un mincinos sau poate că se amăgeşte. El crede că s-a întâmplat ceva

anume, dar aceasta poate fi doar o amăgire.

Deci, pentru ştiinţă, adevărul trebuie să fie obiectiv. Acolo trebuie să poată participa şi alţii pentru ca noi să putem judeca dacă se întâmplă sau nu ceva anume. În al doilea rând, trebuie să fie ceva care se poate repeta. Dacă încălzim apa până la un anumit grad, aceasta se va evapora. Putem încălzi mereu apa şi vom observa că ea va trece prin aceleaşi etape. Se va evapora la o anumită temperatură. Dacă se va evapora doar o dată la 100 de grade şi apoi se va evapora de fiecare dată la altă temperatură atunci această cunoaştere nu poate aparţine ştiinţiei. Orice proces trebuie să fie repetabi1, pentru ca de fiecare dată să se poată ajunge la aceeaşi concluzie.

Realizarea subiectivă nu este repetabilă – nu este nici măcar predictibilă. Şi tu nu poţi să o forţezi să apară; ea doar se produce. Poţi ajunge la o meditaţie foarte profundă, poţi avea o experienţă foarte elevată, dar când cineva îţi spune: „Repet-o” – nu o vei mai putea să o repeţi identic. Dimpotrivă, faptul că cineva îţi spune asta te va face să depui un efort ca să o repeţi... şi chiar acest efort va deveni bariera care te va împiedica să o faci. Chiar şi prezenţa unor observatori poate să te distragă.

Ştiinţa are nevoie de experimente repetabile, obiective, iar psihologia, dacă vrea să fie o ştiinţă trebuie să urmeze regulile ştiinţei. Religia este subiectivă. Ea nu este interesată să dovedească nimic; mai degrabă este interesată de cum se poate ajunge la o experienţă individuală a vreunui fapt. Iar aceasta nu poate deveni colectivă, ea va trebui să rămână individuală în profunzime şi privată în final. Până când nu au ajuns toţi să o realizeze, ea nu poate deveni colectivă. Tu trebuie să creşti pentru a o atinge.

Deci, ştiinţa şi religia nu se pot întâlni cu adevărat deoarece atitudinile lor sunt diferite. Religia este absolut privată – individul se preocupă de el însuşi. Din această cauză, ţările care în trecut au fost mai religioase au rămas individualiste. De exemplu, India este individualistă, uneori pare chiar egoistă.

Fiecare este preocupat de el, de evoluţia sa, de iluminarea sa; nimeni nu este interesat de altcineva, fiecare este indiferent faţă de alţii, faţă de societate, de sărăcie, de condiţiile sociale, de orice altceva în afară de el însuşi. Acest lucru seamănă cu egoismul.

Ţările occidentale sunt mult mai sociale şi mai puţin individualiste. Tot din acest motiv, conceptul de comunism a fost imposibil să apară în mintea indiană. Noi am creat un Buddha şi un Patañjali, dar nu am putut crea şi un Marx. Acesta trebuia să apară în Occident, de acolo de unde societatea, întregul colectiv este mai important decât individul; de acolo de unde ştiinţa este mai importantă decât religia; de acolo de unde obiectivul este mai important decât subiectivul, unde ceea ce se întâmplă în exterior este mai important decât ce se întâmplă în interior. În Occident, ceea ce se întâmplă în exterior este considerat ca fiind doar un vis.

Ceea ce se întâmplă în public, noi am numit a fi iluzie, maya. Shankara spune că întreaga lume este o iluzie; doar ceea ce se întâmplă adânc în interiorul tău este real, doar finalul, doar Brahman este real şi tot restul este fals. Atitudinea occidentală este exact opusă: doar ceea ce se întâmplă în exterior este real, iar ceea ce apare în interior este ireal. Realitatea se află în exterior şi lumea de vis în interior.

Acestea sunt cele două atitudini – ele sunt atât de diferite şi de opuse încât între ele nu poate exista niciun fel de întâlnire. Nici nu este nevoie. Dimensiunile, sferele de acţiune sunt diferite şi nu se ating niciodată; acolo nu există niciun conflict, niciuna dintre ele nu pătrunde pe teritoriul celeilalte. Ştiinţa lucrează asupra lumii obiective, iar religia asupra lumii subiective, individuale. Acolo nu poate exista niciun conflict.

Iar eu nici nu consider că trebuie creat vreun conflict între ele. Când lucrezi asupra exteriorului, trebuie să ai o atitudine ştiinţifică. Când lucrezi asupra ta, trebuie să ai o atitudine religioasă. Nu crea niciun conflict între acestea, nu este nevoie să faci aşa ceva. Nu le inversa rolurile.

Dacă aduci religia pentru lumea exterioară vei crea un haos. În India, noi deja am creat acest lucru – peste tot predomină haosul. Dacă impui interiorului o atitudine ştiinţifică vei crea o nebunie – Occidentul a creat asta.

Acum întregul Occident este complet nevrotic. Toţi au făcut aceeaşi greşeală. Nu le confunda, nu încerca să le schimbi între ele. Lasă subiectivul să rămână subiectiv şi obiectivul să rămână obiectiv. În timp ce exişti în exterior fii ştiinţific şi obiectiv, iar în timp ce te mişti în interior fii religios şi subiectiv.

Nu este nicio nevoie să creezi vreun conflict. Acolo nici nu există vreun conflict. Conflictul apare deoarece noi vrem să impunem asupra lor o anumită atitudine. Noi ori vrem să fim complet ştiinţifici, ori total religioşi – însă este ceva greşit. Dacă le inversăm între ele nu vom crea decât pericole şi falsitate.

5. Ai vorbit despre foarte multe metode şi tehnici. Dorinţa de a reuşi în practicarea lor este foarte mare. Cum putem noi să depăşim această mare nerăbdare?

Două lucruri trebuie ţinute minte. Unul: spiritualitatea nu poate avea la bază dorinţa, deoarece dorinţa este cauza de bază a tuturor suferinţelor noastre. Nu îţi poţi direcţiona dorinţele spre tărâmul spiritual. Dar se întâmplă, este natural să apară aşa ceva, pentru că noi nu ştim decât un singur lucru – şi acesta este dorinţa. Dorim tot felul de lucruri: unul doreşte bogăţii, altul doreşte faimă, iar altul prestigiu şi putere. Prin aceasta devenim frustraţi.

Şi este normal să fim frustraţi – nu contează dacă dorinţa este sau nu satisfăcută. Dacă ea este îndeplinită, atunci este normal să fim frustraţi. Dacă nu este satisfăcută vom fi de asemenea frustraţi. Doar dorinţa este satisfăcută, niciodată promisiunea şi speranţa dată de ea. Poţi obţine oricât de multă bogăţie vrei, dar nu bogăţia era dorită cu adevărat; altceva era dorită prin ea – de aceea nu este niciodată satisfăcută.

Poţi ajunge să fii bogat, dar adevărata dorinţă a rămas nesatisfăcută – iar dorinţa reală poate că era

obţinerea fericirii, a beatitudinii. Dacă nu atingi bogăţia te vei simţi frustrat şi tot frustrat te vei simţi dacă o vei atinge. Acolo ai avut orice instrument posibil care să te ajute să obţii ceea ce ai dorit, dar finalul ţi-a scăpat. Finalul este întotdeauna foarte evaziv.

Prin dorinţă se ajunge la o frustrare profundă. Când ajungi la această frustrare vei începe să cauţi cu totul altceva – astfel se naşte dorinţa religioasă… dar ai început din nou să doreşti. Acum devii din ce în ce mai nerăbdător să obţii una sau alta. Mintea nu s-a schimbat deloc. Obiectul s-a schimbat: înainte era bogăţia, acum este meditaţia. Înainte era prestigiul şi puterea, acum este pacea şi tăcerea. Mecanismul minţii este însă acelaşi. Înainte doreai un A, acum doreşti un B – dar acolo încă există dorinţa.

Şi problema o constituie dorinţa, nu ce doreşti. Nu ceea ce doreşti constituie problema – problema este că tu doreşti. Acum, prin aceasta vei fi din nou frustrat. Totul va decurge la fel – vei fi frustrat în orice situaţie ajungi – deoarece nu ai fost capabil să vezi esenţa.

Nu poţi dori meditaţia, deoarece aceasta apare doar atunci când acolo nu există niciun fel de dorinţă. Nu poţi dobândi eliberarea sau nirvāṇa, chiar dacă doreşti deoarece aceasta apare doar într-o stare de non-dorinţă. Ea nu poate deveni un obiect de dorit. Deci pentru mine şi pentru toţi cei care cunosc, dorinţa este lumea. Nu faptul că tu doreşti lucruri lumeşti, ci chiar faptul de a dori reprezintă lumea, lumescul.

Iar atunci când doreşti va apărea şi nerăbdarea, deoarece mintea nu vrea să aştepte, ea nu vrea să amâne nimic. Nerăbdarea este chiar umbra dorinţei. Şi cu cât este mai intensă dorinţa, cu atât mai multă nerăbdare va exista.

Nerăbdarea va crea la rândul ei tulburare. Deci, cum vei mai ajunge acum la meditaţie? Dorinţa va pune în mişcare mintea, dorinţa va crea nerăbdare şi aceasta va aduce multă tulburare.

Atunci se întâmplă – şi eu observ asta zilnic – ca o

persoană care a trăit o viaţă foarte lumească să nu fie atât de mult tulburată. Dar când începe să mediteze sau atunci când începe să se îndrepte spre viaţa religioasă, ea va deveni mai tulburată ca oricând. Iar motivul pentru care se simte astfel este următorul: acum dorinţa este mai pătrunzătoare – şi de aici rezultă în mod normal o nerăbdare mai mare. În ceea ce priveşte dorinţele lumeşti, poţi aştepta ca ele să se realizeze, deoarece sunt nişte lucruri reale şi obiective. Aceste obiecte se aflau întotdeauna în viziunea ta. Acum, în lumea spirituală, lucrurile sunt foarte evazive şi par foarte îndepărtate. Viaţa pare prea scurtă şi obiectul dorit pare a fi extraordinar de îndepărtat – astfel, apare nerăbdarea şi tulburarea. Şi cum ai putea medita având o minte tulburată?

Aceasta este enigma. Încearcă să o înţelegi. Dacă eşti cu adevărat frustrat şi simţi că tot ceea ce este în exterior este superficial – bani sau sex sau putere, totul este zadarnic – dacă ai ajuns să realizezi acest lucru, atunci este nevoie de o realizare mai profundă. Dacă aceste lucruri sunt zadarnice, atunci dorinţa este şi mai zadarnică: doreşti şi doreşti şi nimic nu se întâmplă – dorinţa ta creează întreaga suferinţă.

Înţelege următorul fapt: dorinţa creează suferinţa şi mizeria. Dacă nu doreşti, acolo nu este niciun fel de mizerie. Renunţă la dorinţă! Şi nu mai crea alta; pur şi simplu renunţă să mai doreşti. Nu îţi crea o dorinţă spirituală. Nu spune: „Acum voi începe să îl caut pe Dumnezeu. Voi începe să caut Adevărul”. Dacă creezi altă dorinţă, acest lucru arată că nu ţi-ai înţeles suferinţa în care te afli.

Priveşte suferinţa creată de dorinţă. Simte că dorinţa este suferinţă şi renunţă la ea. Pentru aceasta nu este nevoie să depui niciun fel de efort. Ţine minte: dacă faci vreun efort, atunci vei crea o altă dorinţă. Şi iată motivul pentru care ai nevoie de o altă dorinţă: ca să o poţi părăsi pe cea veche în favoarea celei noi. Când apare o altă dorinţă, te vei putea agăţa de aceasta şi astfel vei putea să

o părăseşti pe cea veche. Atunci îţi va fi chiar foarte uşor să părăseşti dorinţa veche, dar în acest mod nu rezolvi nimic. Trebuie doar pur şi simplu să părăseşti dorinţa şi să nu creezi alta.

Atunci nu va mai exista nerăbdarea. Atunci meditaţia nici nu mai trebuie practicată; aceasta pur şi simplu ţi se va petrece – deoarece meditaţia este în fapt o stare de non-dorinţă a minţii. Atunci te poţi juca cu aceste tehnici. Şi îţi spun: joacă-te! Atunci te vei juca cu ele; acolo nu va mai exista nicio practică. Însăşi cuvântul practică este greşit. Te vei putea juca cu tehnicile acestea, te vei bucura cu adevărat de ele, deoarece acolo nu mai există nicio dorinţă de a ajunge undeva anume.

Te poţi juca, iar prin aceeaşi joc – când meditaţia este o joacă – totul este posibil. Orice este posibil în fiecare clipă, deoarece acum nu mai eşti nerăbdător pentru a ajunge undeva. Tu eşti aici şi acum. Dacă meditaţia apare, este în regulă; dacă nu apare, de asemenea este în regulă. Nu este nimic în neregulă cu tine, deoarece acum nu mai există niciun fel de aşteptări şi niciun viitor. Şi ţine minte: atunci când a apărut meditaţia sau non-meditaţia – ambele înseamnă acelaşi lucru – acest lucru arată că ai ajuns la final. Meditaţia a apărut. Acum finalul s-a produs. Pare ceva ciudat să spun să nu practici meditaţia, ci mai degrabă să te joci cu ea. Bucură-te de ea şi nu aştepta, nu o face pentru niciun fel de rezultat.

Dar minţile noastre sunt foarte serioase. Chiar dacă ne jucăm, facem din aceasta un lucru foarte serios: o datorie, o muncă, o obligaţie. Joacă-te aşa cum se joacă copiii. Joacă-te cu aceste tehnici de meditaţie şi atunci prin ele vor deveni posibile multe lucruri. Nu fi sobru; consideră-le ca pe ceva plin de jucăuşenie. Însă noi facem din orice lucru ceva serios. Faţă de religie suntem foarte serioşi. Religia nu a fost niciodată considerată ca fiind ceva amuzant sau ca fiind o distracţie şi acesta este motivul pentru care Pământul a rămas nereligios. Religia trebuie să devină o bucurie, o festivitate, o celebrare – o celebrare a momentului, o bucurie a oricărei acţiuni pe care o faci; o

bucurie atât de mare şi profundă încât mintea încetează a mai exista.

Dacă mă înţelegi cu adevărat, aceste 112 tehnici îţi vor arăta că orice poate deveni o tehnică – însă doar dacă înţelegi cu adevărat. De aceea sunt 112 tehnici. Totul poate deven i o tehnică dacă înţelegi bine calitatea minţii care provoacă meditaţia. Atunci orice faci poate deveni o tehnică. Fii festiv şi bucură-te de orice acţiune. Pătrunde atât de adânc în act încât timpul să înceteze.

Timpul nu poate înceta dacă dorinţa încă mai există. Dorinţa este de fapt timpul. Când doreşti ai nevoie de viitor, deoarece dorinţa nu poate satisfăcută aici şi acum. Ea poate fi satisfăcută doar în viitor, deci vei avea nevoie de un viitor în care să te poţi mişca. Şi atunci timpul te va distruge. Vei pierde eternitatea. Eternitatea este chiar aici.

Deci consideră meditaţia ca fiind o celebrare, o festivitate a orice există. Sapi în grădină – aceasta poate deveni o tehnică. Doar sapă şi bucură-te şi celebrează actul în sine. Devino actul şi uită de actor. „Eul” nu mai există, doar acţiunea rămâne şi tu eşti prezent în acţiune – beatific şi prezent. Atunci apare extazul – nu mai este nicio dorinţă, nicio nerăbdare, nicio motivaţie.

Dacă însă aduci în meditaţie dorinţa şi nerăbdarea vei distruge totul. Şi atunci cu cât vei încerca mai mult să faci ceva, cu atât vei fi mai frustrat. Vei spune: „Mă străduiesc să fac atât de multe şi nu se întâmplă nimic”. Mulţi îmi spun: „Fac tot ce pot şi am făcut asta luni, ani de zile, dar totuşi nu apare nimic”.

Venise aici un aspirant din Olanda care practica o anumită tehnică de trei sute de ori pe zi. Mi-a spus: „Am practicat această tehnică timp de doi ani de zile. Nu a lipsit nici măcar o singură zi în care să nu o fi practicat. Pentru ea am părăsit totul – şi nu s-a întâmplat nimic”. Iar din cauza acestei tehnici se afla foarte aproape de un colaps nervos.

Aşa că i-am spus: „Primul lucru care trebuie făcut este să renunţi la ea. Fă orice altceva. Altfel înnebuneşti”. Era foarte serios în legătură cu această tehnică. Pentru el,

aceasta era o problemă de viaţă şi de moarte. Trebuia să atingă ceva prin ea.

Şi mi-a spus: „Cine ştie câte zile mi-au mai rămas? Timpul este scurt şi eu trebuie să mă realizez chiar în viaţa asta. Nu mai vreau să mă mai nasc încă o dată. Viaţa este o suferinţă totală”.

Dar se va naşte mereu şi mereu. În felul în care acţionează va înnebuni din ce în ce mai mult. Această atitudine este complet greşită. Joacă-te, bucură-te, celebrează meditaţia şi atunci calitatea se va schimba. Atunci ea nu mai este o cauză care îşi aşteaptă efectul. Te bucuri de ea aici şi acum. Ea este şi cauza şi efectul. Aceasta este începutul şi este sfârşitul.

Atunci nu mai poţi pierde meditaţia. Ea îţi va apărea, ţi se va întâmpla, deoarece acum eşti pregătit să o primeşti. Tu eşti deschis. Nimeni nu a spus că meditaţia trebuie să fie luată ca fiind o joacă, o bucurie, dar eu o spun. Fă-o să fie o bucurie. Joacă-te cu ea ca şi cum s-ar juca nişte copii.

6. Ieri ai spus că întunericul este fundamental pentru existenţă, în timp ce majoritatea religiilor susţin contrariul. Vrei, cu bunăvoinţă, să arunci mai multă lumină asupra acestui subiect, în special viziunea ştiinţei asupra acestui lucru? Nu spune ştiinţa că ultimele particule ale materiei sunt de fapt energie electrică?

Din nou aceeaşi divizare – lumină şi întuneric. Dacă priveşti prin minte ele par două. Dacă meditezi asupra lor ele sunt una. Nu este nicio diferenţă între a medita asupra luminii sau a întunericului. Atunci când meditezi ele se vor contopi una în alta. Lumina nu va fi altceva decât mai puţin întuneric şi întunericul nu va fi decât mai puţină lumină; diferenţa este doar de grade. Acestea nu sunt două lucruri opuse, ci sunt mai degrabă două stări ale unui singur fenomen. Şi acest unic fenomen nu este nici lumină şi nici întuneric – sau se poate spune că este amândouă. Poţi pătrunde în el ori din întuneric, ori din lumină.

Multe religii au folosit lumina pentru că este mai confortabilă, este mai facilă. Întunericul este dificil, mai

neconfortabil, iar dacă l-ai ales, ai ales un drum mai dificil. De aceea multe religii au ales lumina. Dar le poţi alege pe oricare: depinde doar de tine. Dacă eşti o fire aventuroasă, curajoasă, atunci alege întunericul. Dacă nu vrei să te aventurezi pe un astfel drum, atunci alege lumina.

Ambele aparţin unui singur fenomen, care dintr-un punct apare ca lumină şi dintr-un alt punct apare ca întuneric.

De exemplu, această cameră este plină de lumină. Dar nu este umplută pentru toţi cu aceeaşi lumină – sau crezi că este? Dacă ochii îmi sunt obosiţi, această lumină nu va fi la fel cum este pentru tine. Eu o voi vedea ca pe un întuneric puţin luminat. Imaginează-ţi că cineva de pe Marte sau de pe altă planetă care are nişte ochi foarte pătrunzători vine aici. Acolo unde tu vezi lumina obişnuită, el va vedea mult mai multă lumină decât tine. Şi acolo unde tu vezi întunericul ei va vedea lumina obişnuită. Există animale şi păsări care văd noaptea la fel de bine ca şi ziua. Pentru acestea acolo există lumina, iar pentru tine în acelaşi loc totul va fi întunecat.

Deci ce este lumina? Şi ce este întunericul?

— Un singur fenomen. Şi atât de mult cât poţi pătrunde tu în el sau cât de mult poate pătrunde el în tine… de această pătrundere depinde ceea ce tu numeşti a fi lumină sau întuneric. Acestea doar par a fi opuse. Ele nu sunt – sunt doar nişte grade diferite ale aceluiaşi fenomen. Oamenii de ştiinţă au descoperit faptul că ultimele componente divizibile ale materiei sunt de fapt energie electrică. Dar ei nu spun că acestea sunt lumină, ci spun energie electrică. Întunericul este şi el tot energie electrică. Energia electrică nu este sinonimă cu lumina. Dacă însă denumeşti acest fenomen ca fiind energie electrică, atunci lumina este un aspect al său şi întunericul este alt aspect.

Dar nu este nicio nevoie să intrăm într-o discuţie ştiinţifică despre acest lucru. Este fără de folos. Mai degrabă gândeşte-te la propria ta minte, la ceea ce îţi place. Dacă te simţi bine cu lumina, atunci pătrunde în ea.

Aceasta este uşa potrivită ţie. Dacă te simţi bine cu întunericul, atunci pătrunde în el. Ambele te vor conduce în acelaşi loc.

În aceste 112 tehnici de meditaţie, câteva se ocupă de întuneric, dar foarte multe dintre ele au ca punct de plecare lumina. Shiva încearcă să explice toate metodele posibile. El nu vorbeşte doar pentru anumite tipuri de oameni, ci pentru toate tipurile existente. Există anumite persoane care doresc şi le place să pătrundă în întuneric. De exemplu, o minte feminină este mult mai receptivă, mai pasivă şi pentru aceasta va fi mai uşor, mai acceptabil să pătrundă în întuneric. O minte masculină îi va plăcea mai mult lumina.

Poate nu ai observat faptul că mulţi poeţi din trecut şi din prezent, mulţi filosofi sau alţii care au o minte mai pătrunzătoare, au comparat întotdeauna femeia cu întunericul şi bărbatul cu lumina. Lumina este agresivă, un element masculin; întunericul este receptiv, un element feminin. Întunericul este ca un pântec.

Deci depinde: dacă îţi place întunericul, atunci este bine, pătrunde în el. Dacă îţi place lumina, pătrunde în ea. Uneori chiar şi ceea ce este opus devine atrăgător. Poţi încerca.

Dar nu începe să te gândeşti ce să alegi. Nu pierde timpul; mai bine încearcă orice. Poţi începe să te gândeşti la nesfârşit ce este mai bine şi ce nu este bine, ce este sau ce nu este pentru tine, poţi să dezbaţi mult şi bine faptul că unele religii au insistat mai mult asupra luminii decât asupra întunericului, dar asta nu va ajuta la nimic. Nu te chinui cu aceste lucruri; ele nu te vor ajuta la nimic. Mai bine gândeşte-te la ce ţi se potriveşte, cu care dintre tehnici te simţi mai confortabil şi apoi începe joaca.

După aceasta, uită de toate celelalte, deoarece nu toate aceste 112 metode sunt pentru tine. Chiar dacă alegi doar o metodă este îndeajuns pentru tine. Nu este nevoie să treci prin toate cele 112 metode; una singură este de ajuns. Deci, doar fii receptiv şi conştient, astfel încât să poţi prinde metoda proprie. Nu trebuie să te îngrijoreze

fiecare metodă: este ceva fără rost. Alege una, joacă-te cu ea şi dacă te simţi bine şi simţi că se întâmplă ceva, atunci pătrunde în ea şi uită de restul 111. Dacă simţi că ai ales greşit, atunci renunţă la ea, alege alta şi începe să te joci cu aceea. După cel mult patru, cinci sau şase metode, o vei găsi pe cea care îţi este potrivită. Însă nu trebuie să fii serios, nu fi prea serios – doar joacă-te.

53. DE LA MOARTE LA NEMURIRE

28. V.1973, Bombay

SUTRE:

79. Focalizează-te asupra focului care se ridică prin corpul tău, de la degetele picioarelor în sus, până când corpul este transformat în cenuşă, dar nu şi tu.

80. Meditează asupra lumii iluzorii ca arzând până se transformă în cenuşă şi transcende tot ce este uman.

81. Aşa cum, în mod subiectiv, literele curg în cuvinte şi cuvintele în fraze, şi aşa cum, în mod obiectiv, cercurile curg în lumi şi lumile în principii, descoperă în cele din urmă cum toate acestea converg în fiinţa noastră.

Toţi iluminaţii şi toate religiile sunt de acord în privinţa unui singur lucru. În multe privinţe nu se înţeleg, însă sunt cu toţii de acord asupra faptului că omul este închis faţă de realitate datorită ego-ului. Ego-ul este singura barieră; sentimentul că „eu sunt”. Asupra acestui punct sunt de acord toţi – şi Iisus şi Buddha şi Krishna. Înseamnă că acesta este lucrul fundamental în căutarea religioasă. Orice altceva este conjunctural; acesta este esenţialul – că tu eşti îndepărtat de realitate datorită acestui ego.

Ce este acest ego? Din ce este constituit? Cum apare? Şi de ce devine el atât de important?

Priveşte-ţi mintea – deoarece fenomenul ego-ului nu poate fi înţeles din punct de vedere teoretic, îl poţi înţelege doar existenţial. Priveşte şi observă mintea şi astfel vei ajunge la o înţelegere profundă. Iar dacă poţi înţelege ce este ego-ul, atunci nu mai există nicio problemă; atunci vei putea să renunţi foarte uşor la el. Mai bine spus, nu este nicio nevoie să mai renunţi la el. Dacă îl înţelegi, chiar

această înţelegere îl va anihila, pentru că el este creat prin neînţelegere, este creat datorită somnului în care te complaci.

Când devii atent, când îţi îndrepţi conştiinţa asupra sa, el va dispărea. La fel cum dispare întunericul atunci când aprinzi lumina.

Dacă încerci să aprinzi lumina pentru a vedea ce este întunericul, pentru a-l putea privl. În acel moment el dispare. Ego-ul există deoarece tu nu ai fost niciodată atent la existenţa ta, el este o umbră a neatenţiei tale. Deci nu o să fie nicio nevoie să renunţi la el. Dacă îl vei putea privi, acesta va dispărea singur.

Ce este el? Ai avut vreodată un moment în care să nu existe ego-ul? Ori de câte ori eşti tăcut acesta nu există. Ori de câte ori mintea ta este agitată şi neliniştită, ego-ul apare imediat. Când eşti calm, relaxat şi tăcut, el nu mai fiinţează. Chiar acum, dacă eşti tăcut, unde se află el? Tu vei fi, dar acolo nu va exista niciun sentiment de „eu”. Aşadar încearcă să îl înţelegi în mod existenţial.

Când vorbesc, poţi observa faptul că dacă eşti tăcut şi pe deplin atent, tu vei fi acolo, dar nu şi sentimentul de „eu”, iar dacă eşti tulburat şi neliniştit se va întâmpla exact contrariul: vei simţi în tine că există un ego cristalizat. Ori de câte ori te afli în iubire sau compasiune, acesta nu mai există.

De aceea noi nu putem iubi, deoarece prin ego iubirea este imposibilă. Acesta este şi motivul pentru care vorbim atât de mult de iubire şi totuşi nu iubim niciodată. Iar ceea ce noi numim iubire este de fapt doar sex, în mai mare sau mai mică măsură; nu îţi poţi pierde ego-ul, iar problema este că iubirea nu poate exista decât atunci când ego-ul a dispărut. Iubirea, meditaţia, Dumnezeu, toate acestea au nevoie de un singur lucru – acela ca ego-ul să nu mai existe. Iisus are dreptate atunci când spune că Dumnezeu este iubire, deoarece ambele fenomene apar doar în clipa în care nu mai există ego-ul.

Dacă cunoşti iubirea, nu mai este nicio nevoie să îl cunoşti pe Dumnezeu, deja l-ai cunoscut. Iubirea este doar

un alt nume al său. Atunci vei fi cunoscut deja meditaţia; nu mai este nevoie să pătrunzi în ea. De aceea există atât de multe tehnici de meditaţie, atât de multe şcoli care predau meditaţia, deoarece nu există iubire. Dacă ea există, atunci nu mai este nevoie să practici nimic, pentru că s-a întâmplat deja ceea ce trebuia să se întâmple. Dar pentru aceasta este nevoie să dispară egoul.

Iată primul lucru care trebuie înţeles: oricând eşti tăcut, ego-ul este pierdut. Şi nu trebuie să mă crezi orbeşte. Eu nu vorbesc despre o teorie: este un fapt real. Îl poţi observa, nu trebuie doar să accepţi aceste vorbe. Şi nici nu este vreo nevoie să amâni; poţi observa chiar acum – dacă eşti tăcut şi calm vei observa că tu exişti, dar acum nu vei mai avea nicio limitare, nu vei mai avea niciun centru. Tu acum exişti fără un centru, acolo nu mai există niciun fel de „eu” cristalizat. Acolo este prezenţa, conştiinţa, dar nu mai este nimeni care să spună „eu sunt”.

Când eşti tăcut, ego-ul se evaporă; când nu eşti tăcut, el devine consistent. Deci, ego-ul este boala, el este combinaţia tuturor bolilor şi de aceea se pune atât de mult accent pe eliminarea sa.

În al doilea rând: dacă în tăcere ai chiar şi pentru un singur moment o străfulgerare a existenţei tale lipsite de ego, atunci vei putea analiza şi vei putea pătrunde în ceea ce este fenomenul ego-ului. Mintea este doar un trecut acumulat. Ea nu se află niciodată aici şi acum. Este doar o acumulare, o memorie: în ea există tot ce ai auzit, tot ce ai citit, toate informaţiile şi cunoştinţele pe care le-ai dobândit, toate experienţele pe care le-ai avut. Mintea este o acumulare constantă.

Ea este cel mai mare colector. Chiar şi când nu eşti conştient, ea continuă să acumuleze; chiar şi în somn adună tot felul de lucruri. Poate că nu eşti conştient de asta, dar aşa este. Dacă atunci când dormi se aude un zgomot pe stradă, mintea îl va înregistra. Iar prin hipnoză, mintea va dezvălui tot ce s-a petrecut în timpul în care ai dormit. Chiar dacă te afli în comă, mintea tot va continua să adune totul.

Mintea nu are nevoie de conştiinţa ta pentru a înregistra. Chiar şi când erai în pântecul mamei, ea acumula totul. Şi tot prin hipnoză se pot dezvălui amintirile pe care le ai din acea perioadă intrauterină. Poate că nu îţi aduci aminte de nimic, dar mintea a acumulat multe. Prin hipnoză pot fi dezvăluite amintiri de care nu eşti conştient. Şi acolo sunt adunate milioane de amintiri – această acumulare este mintea. Memoria este mintea.

Cum este eul, ego-ul, creat? Conştiinţa se află în interiorul tău, iar în jurul ei se adună toate aceste memorii. Acestea sunt folositoare, nu poţi supravieţui fără ele, dar între acestea două apare un fenomen nou, un epifenomen.

Conştiinţa este în interior, tu eşti în interior. Acolo nu există niciun eu. Tu doar eşti, fără vreun centru. La periferie, în fiecare moment se acumulează noi cunoştinţe, noi experienţe, noi memorii. Aceasta este mintea. Şi ori de câte ori priveşti lumea tu o faci prin această minte. Oricând treci printr-o nouă experienţă, tu priveşti prin memorii şi o interpretezi pe aceasta prin memoriile avute. Priveşti totul prin trecut. Trecutul devine un mediator.

Şi, privind constant prin trecut, începi să te identifici cu el – această identificare este ego-ul. Să încerc să explic în felul următor: ego-ul este identificarea conştiinţei cu memoriile. Spui: „Eu sunt un hindus” – sau: „Eu sunt creştin” – sau: „Eu sunt jainist”. De fapt, ştii ce faci? Nimeni nu este născut ca hindus sau creştin sau jainist, tu eşti născut doar ca o fiinţă umană. Apoi eşti învăţat, eşti condiţionat să gândeşti că eşti hindus sau creştin. Aceasta este doar o memorie. Şi ori de câte ori priveşti prin această memorie vei simţi: „Eu sunt creştin”.

Conştiinţa ta nu este creştină; nu poate fi. Aceasta este doar o simplă conştiinţă. Tu ai fost învăţat că eşti creştin. Această învăţătură este acumulată la periferie şi acum priveşti prin această sticlă colorată şi vezi întreaga lume colorată. Aceşti ochelari coloraţi stau prea agăţaţi de tine şi tu nu îi dai niciodată jos de pe ochi.

Ai devenit atât de obişnuit cu ei încât ai uitat pur şi simplu că ei nu sunt altceva decât nişte ochelari. Atunci

spui: „Eu sunt creştin”.

Acest „eu” se naşte ori de câte ori devii identificat cu vreo memorie sau cu vreo experienţă sau cu vreo cunoaştere, nume sau formă. Atunci vei fi bătrân sau tânăr; bogat sau sărac, frumos sau urât, respectat sau nerespectat – atunci vei deveni identificat cu lucrurile pe care le strângi în jurul tău şi astfel se naşte ego-ul. Ego-ul este identificarea cu mintea.

De aceea, atunci când eşti tăcut ego-ul nu mai există, deoarece mintea nu mai funcţionează. Iată ce înseamnă tăcerea. Ori de câte ori mintea funcţionează, tu nu eşti tăcut. Nu poţi fi – funcţionarea minţii este veşnica tulburare şi gâlceavă pe care o ai în interior. Atunci când această tulburare şi agitaţie se opresc, dispar sau le depăşeşti, acolo apare tăcerea şi în această tăcere ego-ul nu mai există.

Dar se întâmplă rar. În general nu poţi fi tăcut mai mult de o singură clipă. De aceea simţi că astfel de situaţii sunt minunate. Atunci începi să doreşti aceste situaţii. Se întâmplă să te duci pe un munte şi să priveşti un răsărit de soare. Brusc îţi apare o beatitudine nemărginită. Te simţi fericit şi în tine apare o fericire nemaiîntâlnită.

Ce s-a întâmplat? Datorită acelei dimineţi liniştite, datorită naturii şi răsăritului de soare, agitaţia interioară s-a oprit. Fenomenul este atât de măreţ – totul în jurul tău este atât de liniştit şi de calm – încât te opreşti din mişcare.

În acea oprire ai realizat o stare fără-de-ego – doar pentru un moment, bineînţeles.

Acelaşi lucru se poate întâmpla şi în alte situaţii. Se întâmplă în sex, în muzică; în orice fenomen măreţ şi copleşitor, agitaţia se va opri pentru o clipă, dar va reveni. Ori de câte ori eşti fără ego – chiar dacă se întâmplă prin practică sau în mod accidental – atunci vei simţi o foarte subtilă beatitudine, pe care nu ai mai simţit-o înainte.

Această fericire nu a venit din exterior. Ea nu vine de la soare sau de la munte sau de la flori, sau din actul sexual. Exteriorul doar creează o posibilitate – vine din

interior. Deci, dacă vei repeta mereu şi mereu acea situaţie exterioară, beatitudinea nu va mai apărea, deoarece ai devenit imun, deja te-ai obişnuit cu acel lucru.

Te duci din nou pe acelaşi munte… dar nu mai simţi nimic. Pare că ceva lipseşte. Prima dată era ceva atât de nou încât mintea s-a blocat. Minunea era atât de mare, te aflai în faţa unui miracol în care nu mai puteai continua aceeaşi sporovăială învechită. Aceasta s-a oprit – uimirea a făcut-o să se oprească. Data viitoare când te duci acolo, deja cunoşti totul. Acum nu mai există niciun miracol, niciun fel de uimire, iar mintea îşi va continua vechiul obicei.

Acelaşi lucru se petrece cu orice fel de experienţă. În orice experienţă pe care ai avut-o şi care ţi-a creat posibilitatea să simţi o astfel de stare, dacă o vei repeta o vei distruge, deoarece în orice fel de experienţă repetată, mintea nu mai poate fi înlăturată.

Deci, al doilea lucru care trebuie ţinut minte este următorul: mintea este acumularea. Conştiinţa este ascunsă chiar în spatele acestui trecut acumulat, iar tu te identifici cu el. Oricând spui: „Eu sunt asta, eu sunt aia” – atunci creezi ego-ul.

În al treilea rând, dacă poţi înţelege totul până aici, atunci acest al treilea punct nu va fi dificil. Mintea trebuie folosită. Nu este nicio nevoie să devii identificat cu ea; o poţi folosi ca pe un instrument – şi chiar este un instrument. Rămâi întotdeauna deasupra ei.

Şi, de fapt, tu eşti mereu deasupra ei, deoarece tu te afli mereu aici şi acum, te afli mereu în prezent, iar mintea există numai în trecut. Tu te afl i mereu în faţa ei. Ea există întotdeauna în urma ta, ca o umbră. Chiar această clipă este o noutate – mintea nu o poate avea. Mai târziu ea va absorbi în memorie clipa trecută şi atunci ea o va putea avea. În fiecare moment, tu eşti liber.

Acesta este motivul pentru care Buddha a pus atât de mult accentul pe clipa prezentă. El spune: „Rămâi în momentul prezent şi mintea nu va mai exista”. Dar momentul este foarte subtil, este atomic; îl poţi pierde

foarte repede. Mintea este întotdeauna trecutul – tot ce ai cunoscut – realitatea actuală nu este o parte din minte. Însă mai târziu va deveni o parte a ei.

Dacă poţi fi conştient aici şi acum, vei depăşi mintea. Iar când o poţi transcende – când vei reuşi să te afli mereu deasupra ei, fără să fii identificat cu ea, fără să te implici în ea, să o foloseşti doar ca pe un instrument – ego-ul va dispărea. Vei fi fără-de-ego, iar atunci nu mai este nimic de făcut. Atunci totul ţi se va întâmpla ţie. Vei deveni vulnerabil şi deschis. Atunci suferinţa este imposibilă, atunci toate extazurile vor fi ale tale.

Suferinţa apare prin ego. Beatitudinea apare prin poarta non-ego-ului.

Acum vom pătrunde în tehnici – deoarece ele se ocupă chiar de această stare în care ego-ul dispare. Sunt nişte tehnici foarte simple şi dacă ai înţeles ceea ce am spus până acum, atunci le poţi practica şi vei avea parte de multe fenomene extraordinar de minunate.

79. Focalizează-te asupra focului care se ridică prin corpul tău, de la degetele picioarelor în sus, până când corpul este transformat în cenuşă, dar nu şi tu.

O tehnică minunată care este foarte simplă, foarte uşor de practicat, dar care înainte de a fi practicată mai necesită anumite explicaţii. Buddha a fost foarte atras de această tehnică şi îşi iniţia discipolii în ea. Buddha, în primul rând, îi spunea discipolului care dorea să fie iniţiat să meargă într-un loc unde se incinerează corpurile morţilor. Timp de trei luni nu trebuia să facă nimic altceva decât să stea acolo şi să vadă cum ard corpurile. Căutătorul mergea la un loc de cremaţie şi trebuia să mediteze asupra acelui fenomen.

Nu trebuia decât să stea şi să se uite cum începe să ardă corpul. Timp de trei luni de zile nu făcea decât acest lucru.

Buddha spunea: „Nu te gândi la ceea ce vezi. Doar stai şi priveşte”. Apoi vei ajunge la concluzia că, mai devreme sau mai târziu şi corpul tău va ajunge în aceeaşi situaţie. Căutătorul trebuia să stea acolo zi şi noapte. Iar

mai devreme sau mai târziu, el începea să vadă cum începe să ardă şi corpul său.

Este un lucru ajutător: mergi la un crematoriu. Priveşte ce se întâmplă acolo – nu pentru trei luni, dar măcar observă un singur corp care este incinerat. După aceea poţi practica tehnica fără niciun fel de greutate. Nu gândi: doar observă fenomenul de acolo, vezi ce se întâmplă.

Mulţi oameni merg la crematoriu pentru a-şi arde rudele decedate, dar ei nu privesc niciodată ce se întâmplă în acel fenomen. Încep să discute despre alte lucruri sau despre moarte; încep să argumenteze şi să se contrazică asupra a tot felul de lucruri. Fac tot felul de lucruri, însă nu privesc niciodată ce se întâmplă în acel loc. Aceasta ar trebui să devină o meditaţie. Acel loc nu trebuie să devină o piaţă publică, deoarece este un lucru rar să vezi cum persoana iubită este incinerată. Vei simţi că şi tu eşti incinerat. Dacă îţi vezi mama sau tatăl, soţia sau soţul, cu siguranţă că te vei vedea şi pe tine acolo. Această experienţă va fi de ajutor pentru tehnica discutată – acesta este primul lucru.

Al doilea: dacă îţi este foarte frică de moarte nu vei putea practica tehnica, deoarece frica te va proteja. Nu vei putea să pătrunzi în ea sau vei pătrunde doar la suprafaţă, iar fiinţa interioară nu va fi deschisă. Atunci nu se va întâmpla nimic. Deci ţine minte acest al doilea lucru: chiar dacă îţi este sau nu frică, moartea este o certitudine. Nu are nicio importanţă dacă îţi este sau nu frică de ea. În viaţă nimic nu este sigur, doar moartea este. Totul este nesigur; doar moartea nu este ceva conjunctural. Priveşte la mintea umană. Noi întotdeauna vorbim de moarte ca şi cum ar fi un accident. Ori de câte ori moare cineva, spunem că a murit prea devreme sau că a fost un accident nefericit. Moartea nu este un accident – doar moartea nu este un accident. Orice altceva este accidental. Moartea este o certitudine. Tu vei muri.

Şi când spun că vei muri, acest lucru pare ceva de viitor, pare că este ceva foarte îndepărtat. Nu este aşa –

deja ai murit. În momentul în care te-ai născut, ai murit. Odată cu naşterea, moartea a devenit un fenomen sigur. O parte a ei deja s-a produs – naşterea; acum rămâne să apară şi cea de-a doua parte. Tu eşti deja pe jumătate mort – pentru că odată ce te-ai născut, ai intrat deja în tărâmul morţii. Acum nimic nu o mai poate schimba sau înlătura. Ai pătruns în ea. Prin naştere eşti deja pe jumătate mort. În al treilea rând: moartea nu va apărea undeva la sfârşit; ea deja se întâmplă acum. Este un proces asemănător vieţii.

Noi creăm acum-ul – dar viaţa şi moartea sunt exact ca cele două picioare ale tale. Ambele reprezintă un proces. Tu mori în fiecare moment.

Să explic altfel: ori de câte ori inspiri, aceasta este viaţă; când expiri, aceea este moarte. Primul lucru pe care îl face un copil este să inspire. El nu poate să expire – primul lucru este inspiraţia. El nu poate expira pentru că nu are aer în piept; trebuie să inspire. Iar ultimul lucru care îl mai face un bătrân este să expire. Când mori nu poţi inspira? Nu poţi inspira. Ultimul act care trebuie îndeplinit este expiraţia. Inspiraţia este naşterea şi expiraţia este moartea. Dar tu le faci pe amândouă în fiecare moment.

Poate că nu ai observat acest fenomen, dar fii atent să îl observi. Ori de câte ori expiri, eşti mai liniştit. Expiră profund şi vei simţi o profundă pace interioară. Atunci când inspiri devii mai tensionat. Chiar intensitatea inspiraţiei creează tensiunea. În lume se pune accentul numai pe inspiraţie. Dacă îţi spun să respiri adânc, vei începe mereu doar cu inspiraţia.

Nouă ne este teamă să expirăm. De aceea, respiraţia a devenit superficială. Tu nu expiri niciodată, doar inspiri. Doar corpul expiră singur, deoarece el nu poate exista doar prin inspiraţie. Are nevoie de ambele: de viaţă şi de moarte.

Există un experiment: pe tot parcursul zilei când îţi aduci aminte expiră profund şi nu inspira, lasă corpul să inspire, tu doar expiră profund. Vei simţi o pace profundă; moartea este pace, este tăcere. Iar dacă poţi da mai multă

atenţie expiraţiei, te vei simţi lipsit de ego. Prin inspiraţie eşti mai egoist; prin expiraţie vei fi mai puţin egoist. Acordă mai multă atenţie expiraţiei. Când îţi aduci aminte în timpul zilei, doar expiră profund şi nu inspira. Lasă corpul să inspire, tu nu face nimic pentru asta.

Acest accent pus pe expiraţie va fi de ajutor pentru practica acestei tehnici, deoarece prin aceasta vei fi pregătit să mori. Pentru această tehnică este nevoie de o stare pregătitoare, altfel ea nu va fi de ajutor. Şi nu poţi fi pregătit decât dacă ai gustat experienţa morţii. Expiră profund şi o vei gusta. Este minunată. Moartea este minunată, nimic altceva nu este la fel de liniştit, de tăcut, de calm şi netulburat. Dar nouă ne este teamă de moarte. De ce? De ce există atât de multă frică de moarte? Nu din cauza morţii, ci datorită faptului că nu o cunoaştem. Cum poate să-ţi fie frică de ceva ce nu ai întâlnit? Cum poate să-ţi fie frică de ceva ce nu cunoşti? Pentru ca să îţi fie frică de ea, trebuie cel puţin să o cunoşti. De fapt, nu îţi este teamă de moarte, ci de altceva. Tu nu ai trăit cu adevărat – acest lucru creează frica de moarte.

Această frică apare din cauză că nu ai trăit – „Eu încă nu mi-am trăit viaţa şi acum dacă mor, ce fac? Voi muri fără să mă fi bucurat de nimic”. Frica de moarte apare doar acelora care nu sunt cu adevărat vii. Dacă eşti viu, îi vei ura morţii bun venit. Acolo nu va exista nicio frică. Ai cunoscut viaţa; acum vrei să cunoşti şi moartea.

Dar nouă ne este teamă până şi de viaţă – nu am cunoscut-o, nu am pătruns adânc în ea. Iată ceea ce creează frica de moarte.

Dacă vrei să pătrunzi în tehnica de care vorbim, trebuie să devii conştient de această frică interioară. Apoi trebuie să o elimini, să o arunci şi atunci vei putea să pătrunzi în tehnică. Iată ce te va ajuta: acordă mai multă atenţie expiraţiei. Iar dacă poţi acorda întreaga atenţie expiraţiei şi să uiţi de inspiraţie… Nu-ţi fie teamă că vei muri; nu se va petrece aşa ceva – corpul va inhala singur aer. Corpul îşi are propria sa înţelepciune: dacă expiri adânc, el va inspira adânc. Tu nu mai trebuie să intervii.

Atunci o profundă relaxare se va răspândi asupra întregii conştiinţe. Te vei simţi relaxat întreaga zi şi acolo va apărea adevărata tăcere interioară.

Poţi extinde sentimentul printr-un alt experiment. Timp de 15 minute pe zi, expiră profund. Stai pe un scaun sau pe pământ, închide ochii şi expiră profund. Când aerul iese, tu intri. Şi apoi permite-i corpului să inspire, iar când aerul intră înăuntru, deschide ochii şi ieşi. Faci exact invers: când aerul iese, tu intri şi când aerul intră, tu ieşi.

Când expiri, în interior se creează spaţiu, deoarece respiraţia este viaţă.

Când expiri profund, viaţa a ieşit – eşti gol. Într-un fel eşti mort, pentru o clipă eşti complet mort. În acea tăcere a morţii, pătrunde înăuntru. Aerul iese: tu închizi ochii şi pătrunzi, te mişti în interior. Te poţi mişca foarte uşor în acel spaţiu gol.

Ţine minte: este foarte dificil să pătrunzi în interior atunci când inspiri, deoarece nu ai spaţiu în care să te mişti. În timp ce expiri, te poţi mişca înăuntru. Iar când aerul intră, tu deschide ochii şi ieşi afară. Creează un ritm între acestea două. În 15 minute vei fi foarte relaxat şi vei fi pregătit pentru această tehnică.

Vei fi complet pregătit dacă practici acest exerciţiu timp de 15 minute – nu numai atât, dar vei fi receptiv, vei fi deschis. Acolo nu mai există frica de moarte, deoarece acum moartea apare ca o relaxare, ca o odihnă profundă. Moartea nu mai apare ca fiind opusă vieţii, ci complementară, o sursă a ei, o energie a ei. Viaţa este precum unduirile de pe suprafaţa unui lac, iar moartea este lacul în sine. Când acele unduiri nu există, lacul încă există. El poate exista fără acestea, dar ele nu pot exista fără lac. Viaţa nu poate exista fără moarte. Moartea poate exista fără viaţă, deoarece ea este sursa. Atunci poţi practica tehnica.

Focalizează-te asupra focului care se ridică prin corpul tău, de la degetele picioarelor în sus… Întinde-te pe pământ. Mai întâi, închipuie-ţi că eşti mort: corpul este doar un cadavru. Întinde-te şi îndreaptă-ţi atenţia spre

degetele de la picioare. Cu ochii închişi pătrunde în interior. Focalizează-ţi atenţia asupra degetelor şi simte că focul se ridică de acolo în sus şi totul este ars. Începe de la degete şi du-te în sus. Când focul se ridică, corpul începe să dispară.

De ce trebuie început de la degetele picioarelor? Este mai uşor deoarece ele se află destul de departe de „eul", de ego-ul tău. Acesta există în cap şi nu poţi începe de acolo, va fi foarte dificil, aşa că începe de la punctul cel mai îndepărtat. Degetele de la picioare sunt cele mai depărtate de ego. Porneşte focul de acolo. Simte cum degetele sunt arse, rămâne doar cenuşa; apoi treci mai departe şi pârjoleşte tot ce întâlneşti. Totul – picioarele, coapsele – toate vor dispărea.

Continuă să vizualizezi cenuşa care rămâne. Focul se ridică şi în urma lui nu rămâne decât cenuşă. Continuă să urci şi în final va dispărea şi capul. Totul a devenit cenuşă... praful s-a întors în praf... până când *corpul este transformat în cenuşă, dar nu şi tu.*

Tu vei rămâne doar un privitor care se află sus. Corpul este mort, ars, cenuşă – dar tu vei fi doar un observator, un martor. Acest martor nu are ego.

Tehnica este foarte bună pentru a atinge starea fără-de-ego. De ce? – deoarece sunt multe lucruri implicate în ea. Ea pare simplă, dar nu este atât de simplă. Mecanismul interior este foarte complex. Primul lucru: memoriile tale fac parte din corp. Memoria este materie; de aceea poate fi înregistrată. Ea este înregistrată în celulele creierului. Acestea sunt materiale, ele fac parte din corp şi aceste celule pot fi înlăturate; atunci unele memorii vor dispărea. Memoriile sunt înregistrate în celulele creierului. Memoria este materie, ea poate fi distrusă. Oamenii de ştiinţă spun că ea poate fi înlăturată şi chiar transplantată.

Mai devreme sau mai târziu, vom găsi metode prin care să putem păstra celulele creierului unui Einstein. Şi apoi acele celule pot fi transplantate unui copil. Acel copil va avea amintirile lui Albert Einstein, fără să mai fie nevoie să treacă şi el prin toate experienţele acelea. Memoria este

o parte a corpului, iar dacă întregul corp este ars, tu nu vei mai avea niciun fel de amintire.

Ţine minte, acest lucru trebuie bine înţeles: dacă memoria încă există, atunci corpul încă se află acolo şi nu ai făcut altceva decât să te amăgeşti. Dacă pătrunzi adânc în senzaţia că trupul este mort şi complet distrus de foc, în acel moment nu vei mai avea nicio amintire. În acea clipă nu va mai exista minte. Totul se va opri – nu va mai exista nicio mişcare a vreunui gând, doar o observare a ceea ce s-a întâmplat.

Şi odată ce cunoşti acest lucru, vei putea rămâne continuu în acea stare. Odată ce ai cunoscut faptul că te poţi separa de corp… Această tehnică este o metodă care să te facă să te separi de trup, care să creeze o pauză, o distanţă între tine şi corp, care să te scoată pentru câteva momente din el. Dacă poţi face asta, atunci vei putea rămâne în corp fără să fii în el. Vei putea să trăieşti cum trăiai înainte, dar nu vei mai fi acelaşi.

Această tehnică îţi va lua cel puţin trei luni de zile.

Nu se va putea întâmpla totul într-o singură zi, dar dacă o practici zilnic timp de o oră, după trei luni vei observa brusc că imaginaţia ta a dat roade şi vei putea vedea trupul complet ars. Atunci poţi privi. Vei realiza un fenomen foarte profund – acela că ego-ul este o entitate falsă. Acesta exista deoarece tu erai identificat cu mintea, cu trupul, cu gândurile. Tu nu eşti niciuna dintre acestea – nici corpul şi nici mintea. Tu eşti diferit de tot ceea ce te înconjoară; tu eşti diferit de periferia ta.

Aparent, tehnica pare simplă, dar ea poate să îţi aducă o mare transformare. Însă mai întâi mergi şi meditează, du-te şi vezi cum sunt incinerate corpurile – vezi cum se transformă totul în pulbere – astfel îţi vei putea imagina totul mai uşor. Începe de la degetele picioarelor şi urcă foarte încet în sus. Însă înainte de a practica tehnica, acordă mai multă atenţie expiraţiei. Chiar înainte de a pătrunde în tehnică, timp de 15 minute expiră şi închide ochii; lasă corpul să inspire şi deschide ochii. Timp de 15 minte simte o profundă relaxare şi apoi treci

mai departe.

80. Meditează asupra lumii iluzorii ca arzând până se transformă în cenuşă şi transcende tot ce este uman.

Dacă o poţi face pe prima, aceasta va fi foarte uşoară. Dacă îţi poţi imagina că trupul arde, atunci nu va fi greu să îţi imaginezi că întreaga lume arde – deoarece corpul tău este lumea şi tu eşti legat de lume prin el.

Într-adevăr, doar datorită corpului eşti legat de lume – lumea este trupul extins. Sutra spune că lumea este imaginară – ea este prezentă doar pentru că tu crezi asta. Întreaga lume arde, dispare. Metoda de care vorbim acum este foarte uşoară dacă o poţi face pe prima, iar dacă ai făcut-o pe prima nu mai este nicio nevoie să o practici şi pe aceasta: Odată cu trupul tău, dispare totul în mod automat. Însă o poţi face direct pe a doua dacă prima ţi se pare dificilă. Am spus că trebuie început de la degetele picioarelor, deoarece ele sunt mai îndepărtate de ego, însă unii poate că nu simt să înceapă de acolo. Poţi începe de mai departe: începe din lume şi apoi apropie-te de tine. Şi când întreaga lume va arde, va fi uşor să arzi şi tu odată cu ea.

Aceasta este cea de-a doua tehnică: *Meditează asupra lumii iluzorii ca arzând până se transformă în cenuşă şi transcende tot ce este uman*.

Dacă poţi vedea întreaga lume că arde, atunci ai devenit mai presus de uman, ai devenit suprauman. Acum ai ajuns să ai o conştiinţă supraumană. Imaginaţia noastră nu este prea strălucită – lucru datorat faptului că nu există şcoli pentru aşa ceva. Intelectul este foarte antrenat – pentru el există multe şcoli şi universităţi, iar o mare parte din viaţă este consumată în antrenarea intelectului. Imaginaţia nu este antrenată. Iar imaginaţia are o dimensiune minunată. Dacă o poţi antrena, vei putea face minuni cu ea.

Începe cu lucruri mărunte, deoarece este dificil să treci direct la lucruri mari; poţi da greş. De exemplu, imaginaţia prin care vezi că întreaga lume arde, poate să nu pătrundă adânc.

Mai întâi ştii că este doar o imaginaţie şi chiar dacă gândeşti că lumea este plină de flăcări vei simţi că, de fapt nu este aşa şi că totul este doar o închipuire. Tu nu ştii cum poate deveni ea reală. Mai întâi trebuie să o simţi.

Înainte de a pătrunde în această tehnică încearcă un experiment simplu. Doar apropie mâinile una de alta, apoi închide ochii şi imaginează-ţi că ele au rămas blocate fără să mai poţi face nimic pentru a le despărţi. La început vei simţi că este doar o închipuire şi că le poţi desparte, dar după zece minute, dacă vei continua să te gândeşti că nu le poţi despărţi, chiar vei ajunge să nu le mai desparţi.

Din zece persoane, patru nu vor mai despărţi mâinile, 40% din oameni vor reuşi să facă acest experiment: după zece minute ei nu îşi vor mai putea despărţi mâinile – imaginaţia a devenit reală. Oricât s-ar lupta... şi cu cât se luptă mai mult cu atât va fi mai dificil. Vei începe să transpiri. Îţi vezi mâinile, dar nu poţi face nimic ca să le desparţi. Sunt blocate!

Dar nu te teme. Închide din nou ochii şi imaginează-ţi că le poţi deschide. Atunci vei fi capabil să le desparţi. Pentru 40% dintre oameni această tehnică va putea fi practicată: pentru ei nu va fi nicio greutate.

Pentru ceilalţi 60 %, va fi mai dificil, va dura ceva timp pentru ca să o poată practica. Cei care sunt foarte sensibili îşi vor putea închipui orice. Şi odată ce simţi că imaginaţia poate deveni realitate, vei putea să faci multe prin ea. Deja o foloseşti în multe feluri, dar nu eşti conştient de acest lucru.

De exemplu, apare o molimă – o gripă – şi îi cazi imediat victimă. Dar nu ştii că, de fapt, 70 % din astfel de cazuri sunt datorate imaginaţiei. Datorită faptului că ai auzit de apariţia gripei, începi să te gândeşti că te vei molipsi – şi chiar o vei lua. Multe boli sunt cauzate doar de imaginaţia ta. Multe probleme sunt create tot prin intermediul imaginaţiei. Dacă ştii cine le-a creat, atunci le vei putea rezolva. Antrenează-ţi puţin imaginaţia şi atunci această tehnică va fi de mare ajutor.

81. Aşa cum, în mod subiectiv, literele curg în

cuvinte şi cuvintele în fraze, şi aşa cum, în mod obiectiv, cercurile curg în lumi şi lumile în principii, descoperă în cele din urmă cum toate acestea converg în fiinţa noastră.

Şi aceasta este tot o tehnică a imaginaţiei. Ego-ul se teme întotdeauna – se teme să fie deschis, să fie vulnerabil, se teme de orice poate intra înăuntru şi care să îl poată distruge. Astfel creează în jurul său o citadelă, iar tu ajungi să trăieşti într-o închisoare. Nu trebuie nimic lăsat să intre în interior. Îţi este frică – dacă intră ceva înăuntru şi tulbură tot? – aşa că mai bine nu permiţi să pătrundă nimic. Toate comunicările se opresc. Nu mai există comunicare nici chiar cu cei pe care îi iubeşti sau pe care doar crezi că îi iubeşti.

Observă o discuţie între un soţ şi o soţie. Ei nu vorbesc unul cu celălalt; acolo nu există nicio comunicare.

Mai degrabă, ei se evită prin cuvinte. Ei vorbesc astfel încât să fie evitată comunicarea. În tăcere, ar deveni vulnerabili, mai apropiaţi – deoarece în tăcere ego-ul nu mai există. Aşa că ei nu sunt niciodată tăcuţi. Vor vorbi despre una sau alta doar pentru a umple timpul şi pentru a nu se deschide unul faţă de altul. Ne este teamă de celălalt.

Am auzit că Mulla Nasruddin ieşea din casă şi soţia i-a spus: „Nasruddin, ai uitat ce zi este astăzi?”

El nu uitase – era a 25-a aniversare a căsătoriei lor – şi a spus: „Ştiu foarte bine ce zi este astăzi”.

Soţia a insistat: „Atunci cum o vom sărbători?”

Nasruddin a răspuns: „Dragă, nu ştiu”. După care s-a scărpinat uimit pe cap şi a spus: „Ce ar fi dacă am păstra două minute de reculeger e?”

Nu poţi sta tăcut lângă cineva, vei începe să devii agitat. Prin tăcere, celălalt intră în tine. Eşti deschis, toate uşile şi ferestrele îţi sunt deschise. Îţi este teamă. Vei vorbi, vei căuta tot felul de trucuri prin care să rămâi închis.

Ego-ul este o închisoare pe care o acceptăm datorită faptului că ne este teamă, ne simţim nesiguri, iar această închisoare ne dă un sentiment de siguranţă. Aici suntem

protejaţi, suntem păziţi. Pentru practica acestei a treia tehnici este nevoie de un lucru fundamental: trebuie să cunoşti bine faptul că viaţa este nesigură. Nu există nicio posibilitate ca să o faci să fie sigură. Orice ai face nu te va ajuta. Poţi crea doar o siguranţă fictivă – viaţa rămâne nesigură. Aceasta este chiar natura ei, deoarece în ea este implicată moartea – deci cum ar putea fi sigură?

Şi gândeşte-te pentru o clipă la următorul lucru: dacă viaţa ar fi cu adevărat sigură, atunci ar fi deja moartă. O viaţă absolut sigură nu poate fi vie, deoarece se pierde aventura existentă în ea. Dacă eşti protejat de toate pericolele vei fi mort. În chiar fiinţa ei este existentă nesiguranţa, există pericolul şi aventura. Acolo este implicată moartea.

Te iubesc… deja am intrat pe un drum periculos. Acum nimic nu va fi sigur, dar eu voi încerca să fac totul să fie sigur. Pentru viitor, voi ucide tot ce este viu, deoarece doar astfel voi putea să am un viitor sigur.

Iubirea este transformată în căsătorie – căsătoria este o siguranţă. Iubirea este nesigură – în următorul moment se poate transforma totul. Ai investit atât de mult, iar iubita sau iubitul te părăseşte şi eşti lăsat în gol. Iubirea este nesigură. Nu poţi prezice viitorul, nu îl poţi fixa. Astfel, iubirea este ucisă şi este adus în locul ei un substituent mai sigur – căsătoria.

Prin căsătorie poţi fi sigur; aici poţi prezice totul. Ziua următoare soţia va fi tot a ta; soţul va fi tot al tău – dar aceasta se întâmplă numai pentru că ai făcut ca totul să fie sigur. Acum nu mai există niciun pericol – totul este mort. Relaţia este moartă. Doar lucrurile moarte pot fi permanente; lucrurile vii sunt schimbătoare.

Schimbarea este chiar calitatea vieţii şi în schimbare există nesiguranţa. Cei care vor să pătrundă în adâncurile vieţii trebuie să fie pregătiţi să înfrunte nesiguranţa, pericolele, necunoscutul şi nu trebuie în niciun fel să încerce să fixeze viitorul. Efortul acesta va ucide totul. Ţine minte şi următorul lucru: nesiguranţa nu numai că este vie, dar este şi foarte minunată. Securitatea este

moartă, este urâtă. Nesiguranţa este vie şi frumoasă. Dacă închizi uşile şi ferestrele poţi fi în siguranţă. Acum nu mai intră nici lumina şi nici aerul; nu mai intră nimic. Într-un fel te afli în siguranţă, dar nu mai trăieşti, deja ai intrat în mormânt.

Această tehnică este posibilă dacă eşti vulnerabil şi deschis şi dacă nu îţi este frică, deoarece această tehnică va permite să intre în tine întreg universul.

Aşa cum, în mod subiectiv, literele curg în cuvinte şi cuvintele în fraze, şi aşa cum, în mod obiectiv, cercurile curg în lumi şi lumile în principii, descoperă în cele din urmă cum toate acestea converg în fiinţa noastră.

Totul converge în fiinţa mea… stau sub cerul deschis şi întreaga existenţă de pretutindeni, din fiecare colţ al ei, converge în mine – aici nu mai poate exista ego-ul. În acea deschidere unde întreaga existenţă converge în tine, tu nu mai poţi exista ca un „eu”. Vei exista ca un spaţiu deschis şi nu ca un „eu” cristalizat.

Pentru a practica tehnica este nevoie de încă ceva. Stai sub un copac. Vântul suflă şi frunzele foşnesc. Vântul te atinge, se mişcă în jurul tău, trece pe lângă tine. Dar nu îl lăsa doar să treacă pe lângă tine; permite-i să treacă prin tine, să se mişte în tine. Închide ochii şi simte că el trece prin tine aşa cum trece printre acele frunze, simte că tu eşti un copac şi vântul suflă printre crengile tale – nu pe lângă tine, ci chiar prin tine.

Acea foşnire a copacului va intra în tine şi vei simţi aerul că trece prin fiecare por al tău. Acesta chiar trece prin tine. Nu este doar o imaginaţie, este un fapt – dar ai uitat. Tu nu respiri doar prin nas, ci prin tot corpul – prin fiecare por al corpului, prin milioane de pori. Dacă aceşti pori sunt închişi, dacă sunt astupaţi, dacă cineva îţi acoperă complet corpul şi te lasă să respiri doar prin nas, în trei ore vei muri. Nu poţi trăi doar respirând prin nas. Fiecare celulă a corpului este vie, este un organism viu şi fiecare celulă respiră. Aerul trece cu adevărat prin tine, dar tu ai pierdut contactul cu el. Deci stai sub un copac şi simte.

La început va părea o închipuire, dar în curând se va transforma într-o realitate. Este o realitate – aerul trece prin tine. Apoi stai sub soare şi simte că razele sale te ating, nu numai că te ating dar că intră şi trec prin tine, astfel încât tu să devii vulnerabil şi să simţi că începi să te deschizi.

Şi acelaşi lucru poate fi tăcut cu orice altceva. De exemplu, eu vorbesc şi tu mă asculţi. Poţi însă să mă asculţi prin urechi sau prin tot corpul.

Încearcă chiar acum: nu îmi auzi cuvintele doar prin urechi, ci prin tot corpul. Şi când asculţi sau auzi ceva, atunci întregul corp este cel care ascultă. Acolo nu ascultă doar o parte din tine sau doar o energie fragmentată, ci întregul trup este implicat în acea ascultare. Atunci cuvintele mele trec prin tine – prin fiecare por şi celulă a ta, le vei sorbi. Ele vor fi absorbite de peste tot.

Poţi încerca altceva. Du-te şi stai într-un templu. Acolo vor veni mulţi credincioşi şi clopotul templului va răsuna mereu şi mereu. Doar stai şi ascultă cu întregul corp. Clopotul va suna şi întregul templu va răsuna; fiecare zid va reflecta sunetul. Pentru a reflecta acest sunet, pentru a simţi cum converge în tine, noi am dat templului o formă rotundă astfel ca sunetul să fie reflectat înapoi din fiecare parte a templului. Acesta converge în tine de peste tot şi îl poţi asculta cu tot corpul – cu fiecare por, cu fiecare celulă a ta, îl vei sorbi, îl vei bea, îl vei absorbi prin tot corpul. Acum ai devenit poros, spongios; toate uşile tale sunt deschise. Nu mai eşti o barieră pentru nimic – nici faţă de aer, nici faţă de sunete, nici faţă de cuvinte, nici faţă de raze, faţă de nimic.

Când ajungi să simţi că nu mai eşti rezistent, că nu mai eşti în conflict cu nimic, vei deveni brusc conştient că ego-ul nu mai există – deoarece el nu poate exista decât acolo unde există conflict sau tensiune. El însăşi este o rezistenţă. Ori de câte spui nu, ego-ul apare în existenţă; oricând spui da, el nu mai există. Numesc un om ca fiind *astik*, cu adevărat teist, pe cel care a spus da întregii existenţe; în el nu mai există niciun „nu”, nu mai există

nicio rezistenţă. El acceptă totul, permite să se întâmple orice. Chiar dacă apare moartea, el nu îi va închide uşa. Uşile vor rămâne deschise.

Trebuie creată această deschidere şi de-abia atunci poţi face această tehnică, deoarece această tehnică spune că întreaga existenţă va converge, va cădea în tine – nu fi rezistent, nu te lupta, permite ca ea să conveargă în tine. Pur şi simplu vei dispărea, vei deveni un spaţiu infinit. Acest univers infinit nu poate să dispară într-un spaţiu atât de îngust cum este ego-ul. El poate să dispară în tine doar atunci când ai devenit la fel de infinit ca el. Se întâmplă. Încet-încet vei deveni din ce în ce mai sensibil, dar va trebui să devii conştient de rezistenţa ta.

Noi depunem foarte multă rezistenţă. Dacă te ating, poţi simţi cum depui o rezistenţă – creezi o barieră prin care căldura şi atingerea mea să nu intre în tine. Nu ne permitem atingerea. Dacă te atinge cineva, tresari imediat şi acela spune: „Scuză-mă”. Această rezistenţă există oriunde. Dacă te privesc tu opui rezistenţă, deoarece această privire poate pătrunde adânc în tine, te poate tulbura, şi atunci ce vei face?

Iar acest lucru nu se întâmplă doar în privinţa persoanelor străine. Nimeni nu este străin sau, se poate spune, toţi suntem străini între noi. Crezi că dacă locuieşti cu cineva sub acelaşi acoperiş acela nu mai este un străin? îl cunoşti cu adevărat pe tatăl tău? Este un străin. Îţi cunoşti cu adevărat mama? Ea rămâne o străină. Ori toţi sunt străini, ori nimeni nu este un străin. Dar nouă ne este frică şi creăm bariere peste tot. Aceste bariere ne fac insensibili şi atunci nimic nu mai poate pătrunde în noi.

Aproape fiecare îmi spune: „Nimeni nu mă iubeşte”. Îl ating pe acel om şi văd că îi este frică chiar şi de o atingere. Există o subtilă retragere, îi iau mâna şi deja el s-a retras, nu mai există în mână; eu ţin doar o mână moartă. Şi mai spune: „Nimeni nu mă iubeşte”. Cum ar putea să te iubească cineva? Şi chiar dacă te-ar iubi întreaga lume, tu tot nu ai simţi, deoarece eşti închis.

Iubirea nu poate intra în tine; acolo nu există niciun

fel de uşă, niciun fel de fereastră. Suferi în propria ta închisoare.

Când există ego-ul, eşti închis faţă de orice – faţă de iubire, faţă de meditaţie, faţă de Dumnezeu. Deci mai întâi încearcă să devii mai sensibil, mai deschis, mai vulnerabil şi permite surprizelor vieţii să se producă. Doar atunci poate apărea Divinul, deoarece acesta este ultimul lucru care se poate întâmpla. Dacă nu poţi permite lucrurilor obişnuite să se producă, atunci cum ai putea să îi permiţi finalului să apară? Atunci când acesta se întâmplă tu nu mai exişti. Tu nu vei mai fi.

Kabir a spus: „Când te căutam, Tu nu erai acolo. Acum când Tu eşti acolo, unde este Kabir? El nu mai există. Ce fel de întâlnire este aceasta?" Kabir se întreabă mirat: „Ce fel de întâlnire este aceasta? Când eu existam, Divinul nu era. Acum Divinul este aici, dar eu nu mai sunt. Ce întâlnire este aceasta?"

Doar aceasta este singura întâlnire posibilă, deoarece doi nu se pot întâlni. În mod normal gândim că, pentru o întâlnire este nevoie de două persoane – cum ar putea exista o întâlnire de unul singur? Deci, logica spune că pentru aceasta este nevoie de cel puţin doi. Însă pentru o întâlnire reală, pentru o întâlnire pe care noi o numim iubire, rugăciune, samādhi, extaz, este nevoie de unul singur. Când căutătorul este acolo, căutatul nu mai există; iar când a apărut căutatul, a dispărut căutătorul.

De ce este astfel? – deoarece ego-ul este o barieră. Când simţi că *eşti*, atunci tu *eşti* atât de mult acolo încât nu mai poate intra nimic în tine. Eşti plin de propriul tău eu. Când tu nu eşti, totul poate trece prin tine. Ai devenit atât de vast încât acum chiar şi Divinul te poate pătrunde. Acum întreaga existenţă este pregătită să treacă prin tine – asta pentru că şi tu eşti pregătit pentru ea.

Deci întreaga artă a religiei este cum să *nu fii*, cum să te dizolvi, cum să te abandonezi, cum să devii un spaţiu deschis.

54. FOCUL CONŞTIENTIZĂRII

29. V. 1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Cum poate fi protejat psihicul de vibraţiile dăunătoare?

2. Cum poate fi dizolvat în conştientizare acest „eu sunt”?

3. Putem noi vreodată să acceptăm şi să ne dezvoltăm în totalitate?

1. Cineva care meditează este vulnerabil, este deschis şi receptiv şi simte că, datorită acestor caracteristici, el suferă din cauza unor vibraţii tensionate, nemeditative şi negative care se află în jurul său. Te rog, explică cum poate căutătorul să îşi apere psihicul vulnerabil de aceste vibraţii dăunătoare.

Dacă eşti cu adevărat vulnerabil nimic nu este negativ pentru tine – deoarece negativul este doar interpretarea ta. Nimic nu este dăunător pentru tine – deoarece aceasta este tot interpretarea ta. Dacă eşti cu adevărat deschis, nimic nu te poate răni şi nu poţi simţi nimic ca fiind dăunător. Simţi acest lucru doar atunci când rezişti, atunci când nu accepţi, când eşti împotrivă. Acest lucru trebuie bine înţeles.

Inamicul există deoarece tu te aperi – el există deoarece tu nu eşti deschis. Dacă eşti deschis, atunci întreaga existenţă este prietenoasă; nu poate fi altfel. Nici nu o vei simţi că este prietenoasă – deoarece acest sentiment nu poate exista decât atunci când există şi sentimentul contrar, acela de duşmănie.

Să mă exprim altfel: dacă eşti vulnerabil, înseamnă că eşti pregătit să trăieşti în nesiguranţă. Înseamnă că în adâncul tău eşti pregătit chiar şi pentru moarte. Nu vei mai opune niciun fel de rezistenţă. Dacă apare moartea, îi vei permite să apară. Accepţi existenţa în totalitatea sa. Atunci cum ai mai putea simţi moartea?

Dacă negi înseamnă că simţi totul ca pe un inamic. Dacă nu negi, cum poţi să mai simţi duşmănia? Duşmanul nu este creat decât prin propria ta negare. Moartea nu îţi poate face niciun rău – deoarece acest rău este doar interpretarea ta.

Acum nimeni nu îţi mai poate face vreun rău; aşa ceva a devenit imposibil.

Acesta este secretul învăţăturii taoiste. Este chiar fundaţia învăţăturii lui Lao Tzu: când accepţi, întreaga existenţă este cu tine, nu poate fi altfel. Dacă negi creezi inamicul. Cu cât negi mai mult, cu atât te vei apăra mai mult şi vei crea din ce în ce mai mulţi duşmani. Aceştia sunt creaţia ta. Ei nu există cu adevărat, ci există doar în interpretarea ta.

Odată ce înţelegi acest lucru, nu mai poate apărea întrebarea. Nu mai poţi spune: „Meditez şi sunt vulnerabil, sunt deschis – cum mă pot apăra acum de vibraţiile negative din jurul meu?” Acum nimic nu mai poate fi negativ. Ce înseamnă ceva negativ? Negativul este ceea ce negi tu, ceea ce nu accepţi, ceea ce crezi că este dăunător. Atunci tu însă nu eşti într-o stare meditativă, atunci nu eşti deschis.

Această întrebare este intelectuală, nu este simţită cu adevărat. Tu nu ai cunoscut, nu ai gustat meditaţia. Doar gândeşti şi presupui: „Dacă meditez şi devin deschis atunci sunt în nesiguranţă. Vibraţiile negative vor pătrunde în mine şi îmi vor face rău. Cum pot să mă apăr de ele?” Aceasta este doar o presupunere. Nu veni la mine cu astfel de întrebări imaginare. Acestea sunt nefolositoare şi neimportante.

Meditează, fii deschis şi atunci nu vei mai veni niciodată la mine cu astfel de întrebări, deoarece în chiar acea deschidere negativul va dispărea. Atunci nimic nu mai este negativ. Iar dacă crezi că ceva este negativ, nu vei putea deveni deschis. Chiar frica aceasta va crea îngrădirea. Atunci vei fi închis; nu te vei putea deschide. Chiar frica că ceva te poate răni… cum ai putea deveni acum vulnerabil? De aceea accentuez faptul că până când această frică de moarte nu dispare, tu nu vei putea deveni deschis, vulnerabil. Vei rămâne închis în minte, în propria ta închisoare.

Poţi continua să presupui tot felul de lucruri şi orice vei presupune va fi greşit, deoarece mintea nu poate

cunoaşte nimic despre meditaţie, ea nu poate pătrunde în acel tărâm. Însă meditaţia apare atunci când mintea s-a dizolvat. Deci nu poţi presupune nimic, nu te poţi gândi la ea. Ori o cunoşti ori nu o cunoşti – nu te poţi gândi la aceasta.

Fii deschis – şi în chiar această deschidere tot ce este negativ va dispărea. Atunci chiar şi moartea nu va mai fi negativă. Nimic nu este negativ. Frica ta creează negativitatea. Undeva înăuntru îţi este frică şi datorită acestei frici tu iei anumite măsuri de siguranţă. Iar inamicul există tocmai datorită acestor măsuri de siguranţă.

Observă acest fapt – tu creezi inamicul. Existenţa nu este împotriva ta. Cum ar putea să fie? Tu aparţii ei, eşti o parte din ea – o parte organică. Cum ar putea ea să devină inamicul tău? Tu eşti existenţa. Nu eşti separat de ea; între voi nu este nicio pauză.

Ori de câte ori simţi că negativul, ura, moartea este acolo şi simţi că aceasta îţi poate face rău pentru că eşti deschis, când îţi închipui că existenţa te poate distruge, atunci vei începe să te aperi. Dar nu numai să te aperi – deoarece cea mai bună apărare este atacul, este agresivitatea. Nu poţi doar să te aperi. Atunci când simţi că trebuie să te aperi, devii ofensiv, deoarece agresivitatea, atacul este cea mai bună apărare.

Frica creează inamicul şi apoi inamicul creează apărarea, iar apărarea creează atacul. Astfel, devii violent. Te vei apăra mereu. Vei fi împotriva oricui. Înţelege bine: dacă îţi este frică eşti împotriva tuturor. Prietenul şi duşmanul tău sunt amândoi nişte inamici, doar diferă gradele – prietenul este mai puţin în conflict cu tine. Atunci şi soţia ori soţul este tot un inamic. Acum însă ai făcut un aranjament – asta-i tot. Sau poate că aveţi amândoi un inamic mai mare şi trebuie să fiţi uniţi împotriva aceluia – dar între voi persistă duşmănia. Dacă eşti închis, atunci întreaga existenţă va fi inamicul tău. Nu înseamnă că este aşa – este doar imaginaţia ta. Când eşti deschis, existenţa a devenit prietenul tău. Când eşti închis,

chiar şi prietenul tău este un duşman.

Nici nu poate fi altfel. În interior te temi chiar şi de prietenul tău.

Henry Thoreau a scris despre cineva care se ruga la Dumnezeu şi spunea: „Doamne, Tu ai grijă de prietenii mei, că de duşmanii mei am eu grijă. Eu voi lupta cu duşmanii mei, dar Tu apără-mă de prieteni”.

Prietenia se află doar la suprafaţă: în interior persistă duşmănia. Prietenia poate fi doar o faţadă care să mascheze duşmănia. Dacă eşti închis, nu poţi crea altceva decât duşmănie, pentru că prietenia nu apare decât atunci când eşti deschis. Când eşti total deschis către cineva, doar atunci apare cu adevărat prietenia. Altminteri nu poate apărea. Cum poţi iubi dacă eşti închis? Tu trăieşti în propria ta închisoare, eu trăiesc în propria mea închisoare şi ori de câte ori ne întâlnim, acolo doar zidurile se întâlnesc şi noi ne ascundem în spatele acestora. Noi ne mişcăm în nişte celule, în capsule: aceste capsule se întâlnesc, corpurile se întâlnesc, dar noi rămânem izolaţi în interiorul acestora.

Chiar şi în actul iubirii, când corpurile se contopesc unul cu altul, de fapt nu pătrunzi nicăieri. Acolo doar corpurile se întâlnesc; tu rămâi în continuare în celula sau în capsula proprie. Doar te amăgeşti că există comuniune. Chiar şi în sex, care este cea mai profundă relaţie, nu există comunicare, nu există niciun fel de comuniune. Nu se poate întâmpla nimic, deoarece tu eşti închis. Iubirea a devenit o imposibilitate. Şi motivul pentru care a devenit astfel este următorul: îţi este teamă.

Deci nu mai pune astfel de întrebări false. Dacă ai cunoscut cu adevărat deschiderea, atunci nimic nu poate fi dăunător pentru tine. De aceea spun că până şi moartea devine o binecuvântare. Acum atitudinea ta este diferită. Oriunde priveşti o faci cu inima deschisă. Această inimă deschisă schimbă calitatea a tot şi nu mai poţi simţi că ceva poate să mai fie dăunător: nu mai poţi întreba cum să te aperi – nu mai este nevoie.

Această nevoie apare doar atunci când eşti închis.

Unii vin şi îmi spun: „Bun, şi dacă acum am realizat Divinul sau pe Dumnezeu, ce se întâmplă?” Ei încep cu „dacă”. Nu există niciun „dacă”, în Existenţă nu pot apărea astfel de întrebări. Acestea sunt absurde şi stupide. Nu ştii ce spui atunci când întrebi: „Dacă l-am realizat pe Dumnezeu, ce se întâmplă?” Acest „apoi ce se întâmplă?” nu mai apare niciodată, deoarece în această realizare tu nu mai exişti, doar Dumnezeu există. Şi odată cu această realizare nu mai există viitor, ci doar prezent. Acum grijile s-au evaporat, deoarece ai devenit una cu Existenţa. Deci întrebarea „apoi ce urmează?” nu va mai apărea niciodată. Dacă totuşi se întâmplă să apară, aceasta este datorată minţii, care este veşnic îngrijorată, se află mereu în conflict şi se gândeşte întotdeauna doar la viitor sau la trecut.

2. Când devin din ce în ce mai conştient, atenţia mi se dezvoltă şi acolo predomină un sentiment că sunt prezent, că exist, că sunt conştient. Te rog, explică cum poate fi dizolvat acest sentiment într-o stare conştientă fără-de-ego.

Iată o altă întrebare prezumtivă. „Când devin din ce în ce mai conştient, atenţia mi se dezvoltă şi acolo predomină un sentiment că sunt prezent, că exist, că sunt conştient”. Nu se întâmplă niciodată aşa ceva, deoarece atunci când conştientizarea creşte, „eul” descreşte. Într-o deplină conştientizare tu exişti, dar nu mai există niciun sentiment că „eu sunt”. În cuvinte se poate spune că cel mult, simţi o subtilă stare de a fi, dar acolo nu mai există niciun eu.

Tu simţi Existenţa şi o simţi din abundenţă, apare un moment beatific, dar lipsit de eu. Nu poţi simţi „eu exist” sau „eu sunt prezent” sau „eu sunt conştient”. Acest „eu” este o parte a subconştientului, a neatenţiei, el este o parte a stării tale de somn. Acesta nu mai poate exista atunci când eşti atent şi conştient.

Astfel apar tot felul de întrebări presupuse; poţi continua să te gândeşti la ele, dar nimic nu se va rezolva pe în aceasta. Dacă se întâmplă să simţi „eu sunt

conştient”, atunci poţi cunoaşte un singur fapt – că nu eşti atent sau conştient. Aceste sentimente – „eu sunt prezent, eu sunt conştient” – sunt doar nişte gânduri la care te gândeşti; ele nu sunt momente de experienţă spirituală. Te poţi gândi că „eu sunt prezent” şi poţi repeta acest lucru de câte ori vrei, dar nu te va ajuta cu nimic. Conştientizarea nu este o repetiţie. Când eşti conştient nu este nicio nevoie să repeţi. Tu doar eşti conştient – eul nu mai este acolo.

Încearcă conştientizarea. Chiar acum fii atent! Unde este eul? Tu doar eşti dar unde este eul, ego-ul? În chiar această intensitate a conştientizării, ego-ul nu mai există. Mai târziu, când atenţia dispare şi începe să apară gândirea, vei putea simţi acel „eu sunt”, dar în momentul conştientizării nu există niciun eu. Experimentează acest lucru chiar acum.

Stai aici liniştit, tăcut, îţi poţi simţi prezenţa, dar unde este eul? Acesta nu poate apărea decât atunci când gândeşti. Când pierzi conştientizarea el apare imediat.

Dacă poţi experimenta conştientizarea chiar şi pentru o singură clipă, vei vedea că tu eşti, dar acolo nu este şi eul. În momentul în care pierzi conştientizarea şi începi să te gândeşti, imediat va apărea eul. El face parte din procesul gândirii. Chiar conceptul de „eu” este un gând şi aparţine gândirii. „Eu sunt” – este un gând.

Când eşti atent şi acolo nu există niciun gând, cum ai mai putea simţi „eu sunt”? Existenţa este acolo – dar acesta nu este un gând. Acea stare de a fi există, ea este ceva existenţial, este un fapt. Dar tu poţi schimba imediat acest fapt în gândire şi poţi să filosofezi mult asupra acelui moment în care nu a existat niciun eu. Iar în momentul în care faci asta, acest eu îşi face imediat apariţia. Odată cu gândirea apare şi ego-ul – gândirea este ego-ul – fără ea acesta nu poate exista.

Deci, ori de câte ori vrei să întrebi ceva, mai întâi vezi dacă este ceva existenţial. Înainte de a-mi pune o întrebare, vezi dacă aceasta este sau nu importantă. Astfel de întrebări nu sunt importante, ele doar par importante –

verbal. Sunt ceva de genul: „Lumina a fost aprinsă, dar întunericul încă mai persistă, deci ce trebuie făcut cu el?” Singurul lucru care s-a petrecut cu adevărat este că lumina nu a fost aprinsă, altfel cum ar mai putea exista întunericul? Dacă acolo este întuneric, înseamnă că lumina încă nu a apărut. Şi dacă este lumină, înseamnă că nu mai este întuneric. Nu pot fi amândouă în acelaşi loc.

Conştientizarea şi ego-ul nu pot exista împreună. Dacă conştientizarea a apărut, ego-ul a dispărut. Iar acest lucru se întâmplă în mod simultan, nu există niciun fel de pauză. Lumina se aprinde şi întunericul dispare. Însă nu o face treptat. Tu nu îl poţi vedea cum iese afară, cum pleacă.

Lumina apare şi întunericul dispare. Acolo nu există niciun fel de pauză, pentru că dacă ar fi, atunci ai putea vedea pur şi simplu cum acesta iese afară. Acest act este simultan. De fapt, venirea luminii şi plecarea întunericului sunt două aspecte ale unui singur fenomen.

La fel se întâmplă şi cu conştientizarea: când eşti conştient, ego-ul nu mai există. Dar acest ego poate face tot felul de trucuri: „Acum eu sunt conştient”. Imediat va apărea şi o întrebare ca aceasta, pe care mi-o pui. Egoul vrea să acumuleze totul, chiar şi conştientizarea. El nu vrea doar bani, putere şi faimă, ci vrea şi meditaţie, samādhi şi iluminare.

Ego-ul doreşte totul. Trebuie posedat tot ceea ce este posibil. Vrea totul şi spune: „Acum am ajuns să meditez” – bineînţeles, va apărea şi o întrebare. Acum a fost atinsă meditaţia, conştientizarea, dar ego-ul încă supravieţuieşte, mizeria încă mai rămâne. Acolo va persista întreaga povară a trecutului. Nimic nu se transformă cu adevărat.

Ego-ul este un foarte subtil lăudăros. Fii atent. El te poate păcăli. Şi poate mânui foarte bine cuvintele, poate verbaliza totul – chiar şi nirvāṇa.

Am auzit că doi fluturi zburau împreună spre clădirile New York-ului. Trecând pe lângă Empire State Building, fluturele mascul i-a spus fluturelui femelă: „Ştii, dacă aş fi vrut, dintr-o singură suflare aş fi putut să dărâm această

clădire”.

Aceste vorbe tocmai au fost auzite de un înţelept, care l-a chemat la el pe fluture şi l-a întrebat: „Ce spui? Tu ştii foarte bine că nu poţi face aşa ceva. Ştii asta foarte bine, nu trebuie să ţi-o spun eu, atunci de ce ai spus aşa ceva?”

Fluturele a răspuns: „Scuză-mă, domnule. Îmi pare foarte rău, dar eu doar încercam să îmi impresionez prietena”.

Înţeleptul i-a spus: „Nu face aşa ceva” – şi l-a lăsat să plece.

Fluturele s-a întors înapoi lângă prietena sa şi bineînţeles că aceasta l-a întrebat: „Ce ai vorbit cu acel înţelept?”

„M-a implorat să nu fac aşa ceva. Era foarte nervos şi tremura de frică când a auzit că voi dărâma această clădire şi m-a rugat să nu fac asta!” – i-a răspuns fluturele.

Se întâmplă mereu. Aceste cuvinte sunt rostite de înţelepţi cu un alt sens. Acel înţelept a vrut să spună: „Nu mai spune astfel de lucruri”. Dar egoul tău poate exploata totul, el este foarte şmecher. Şi este atât de experimentat în păcăleli – de milenii face acest lucru – încât nici nu îţi dai seama unde apare păcăleala.

Oamenii îmi spun: „Meditaţia a apărut. Acum ce putem face cu grijile pe care le avem?” În acest mod ego-ul păcăleşte pe oricine – şi ei nici nu sunt conştienţi de ceea ce spun: „A apărut meditaţia, kundalini s-a ridicat. Dar ce să fac cu grijile care încă există?”

Mintea vrea să creadă tot felul de lucruri şi astfel începi să crezi în lucruri care nu există, pe care nu le-ai făcut. Dar realitatea nu se schimbă doar prin atât; grijile vor continua. Pe tine te poţi păcăli, dar nu poţi păcăli şi grijile. Acestea nu vor dispărea doar că spui: „Am reuşit să meditez şi s-a ridicat kundalini şi am intrat în al cincilea corp subtil”. Grijile însă nici nu vor auzi ceea ce spui tu. Dar când meditaţia apare cu adevărat, atunci unde sunt grijile? Cum vor putea ele să existe într-o minte meditativă?

Ţine bine minte următorul lucru: când exişti conştient tu eşti – dar tu nu eşti ego-ul. Atunci tu eşti nelimitat, eşti o expansiune infinită, dar fără să mai ai ca centru ego-ul. Acolo nu mai există un „eu” cristalizat; este doar o existenţă nemărginită, care nu începe de nicăieri, care nu se sfârşeşte nicăieri – este doar cerul infinit. Când acest eu dispare, atunci dispare şi tu-ul, deoarece nu poate exista decât în referinţă cu eul. Eu sunt aici, de aceea, tu eşti acolo. Dacă acest eu dispare din mine nici tu nu mai eşti acolo. Tu nu poţi fi. Cum ai putea?

Nu vreau să spun că nu vei fi acolo în mod fizic.

Vei fi prezent aşa cum eşti, dar pentru mine „tu” nu mai poţi fi „tu”. Acest „tu” poate exista doar dacă se află în referinţă cu „eul” meu; eul creează acest „tu”. Când dispare o parte, acolo va dispărea şi cealaltă în mod automat. Toate barierele se vor dizolva, nu va fi decât pura existenţă. Odată cu dispariţia ego-ului, întreaga Existenţă devine una. Ego-ul este cel care divide – şi el există tocmai pentru că tu nu eşti atent. Focul conştientizării îl va distruge.

Încearcă şi brusc vei deveni atent. Mergi pe stradă, opreşte-te brusc, respiră adânc şi fii atent pentru un moment. Şi când spun atent, mă refer doar la simplul fapt de a fi atent la tot ce se petrece acolo – zgomotul traficului, mersul oamenilor, tot ce este în jurul tău. Doar devino pur şi simplu atent. În acea clipă, tu nu eşti acolo. Existenţa este, doar ea şi frumuseţea ei.

Atunci, zgomotul traficului nu va mai părea un zgomot stresant, deoarece acum nu mai este nimeni care să reziste şi care să lupte cu el. Acesta doar vine şi trece pe lângă tine; este auzit şi apoi nu se mai aude. Vine şi pleacă. Acolo nu mai există nicio barieră de care să se poată lovi. El nu mai poate face o rană în tine; toate rănile nu pot fi făcute decât în ego. El va trece mai departe, nu se va lovi de nimic, acolo nu va mai fi nicio luptă.

Ţine minte: zgomotul de pe stradă nu este o tulburare. Dar atunci când tu lupţi împotriva sa, devine o tulburare. Când îl accepţi, el vine şi pleacă şi tu doar eşti

îmbăiat de el. Şi atunci nimic nu te mai oboseşte. Singurul lucru obositor şi care te face să pierzi energie este doar această rezistenţă pe care noi o numim ego.

Însă nu îl privim niciodată în acest mod. Ego-ul a devenit chiar esenţa vieţii. De fapt, nu există niciun ego. Dacă spun cuiva – de multe ori se întâmplă – să îşi dizolve ego-ul imediat, acesta se uită la mine în aşa fel încât pare să mă întrebe: „Dacă ego-ul este dizolvat, atunci unde mai este viaţa? Atunci eu nu voi mai fi”.

Am auzit că un foarte mare politician, un conducător renumit al unei ţări a fost întrebat: „Probabil că eşti extenuat. Toată ziua, oriunde ai merge, dai peste o mulţime de oameni care îţi cer câte un autograf”.

Politicianul a răspuns: „Aproape că mă omoară acest lucru. Dar aici nu este decât jumătate de adevăr”. Probabil că era un om foarte onest. A continuat: „Aproape că mă omoară. Dacă însă acolo nu ar fi nimeni care să îmi ceară autograful, asta m-ar omorî cu siguranţă. Aceste mulţimi de oameni aproape că îmi distrug sufletul, dar inversul acestei situaţii m-ar omorî cu siguranţă. Dacă nu ar fi nimeni care să îmi ceară autograful, aş muri”.

Oricât de obosit şi împovărat ar fi ego-ul, tu îl simţi ca viaţă şi dacă el nu mai există, vei simţi că viaţa îţi dispare. Nu poţi concepe ca viaţa să existe fără tine, fără ca acolo să existe o strictă referire la „eu”. Într-un fel este ceva logic, deoarece noi nu am trăit niciodată fără el.

Noi am trăit mereu prin el, am trăit în jurul lui; cunoaştem doar un anumit tip de viaţă, aceea bazată pe ego.

Şi datorită faptului că am trăit doar aşa, nu am fost capabili să trăim cu adevărat. Noi doar ne luptăm să trăim şi viaţa nu ne apare niciodată, ea trece mereu pe lângă noi. Aceasta se află mereu doar în viitor, ea este doar o posibilitate, este doar o speranţă – poate că mâine vom trăi. Dar ea nu apare niciodată. Va rămâne mereu doar un vis, doar o speranţă. Şi pentru că nu ne apare, începem să ne agităm. Şi acest lucru este logic, deoarece dacă ea nu apare, mintea se poate gândi doar la un singur lucru – nu

ne mişcăm destul de repede; deci, hai mai repede!

S-a întâmplat ca un mare om de ştiinţă, T.H. Huxley, să meargă la Londra pentru a ţine o cuvântare. S-a dus la staţia de metrou, dar şi-a dat seama că întârzie şi atunci a luat un taxi, spunându-i şoferului: „Repede! Mergi cu viteză maximă!”

Ei mergeau foarte repede, când deodată brusc şi-a dat seama că nu îi dăduse adresa, atunci însă şi-a dat seama că uitase adresa. L-a întrebat pe şofer: „Tu ştii cumva unde trebuie să ajung eu?”

„Nu, domnule. Dar merg cât de repede pot”. – a răspuns şoferul.

Asta se întâmplă mereu. Tu mergi cât de repede poţi. Dar unde te duci, care îţi este destinaţia? De ce alergi? Pentru speranţa că poate într-o zi îţi va apărea viaţa reală. Dar de ce nu se întâmplă chiar acum? Tu eşti viu – de ce nu apare chiar acum? De ce se află nirvāṇa mereu în viitor? De ce nu se produce chiar azi? Iar acest mâine nu vine niciodată – sau când va veni, el se va afla în astăzi şi tu îl vei pierde din nou. Noi am trăit numai în acest mod. Cunoaştem doar o dimensiune a vieţii – această aşa-zisă viaţă pe care deja o trăim – care este moartă. Doar aşteptăm şi tragem unii de alţii.

Iar prin ego vom aştepta mult şi bine – va fi doar o aşteptare fără speranţă. Poţi alerga din ce în ce mai repede, dar nu vei ajunge nicăieri: doar îţi vei irosi energia şi vei muri. Ai făcut acest lucru de foarte multe ori. Mereu te-ai grăbit, ai aruncat energia şi apoi ai aşteptat moartea. Te grăbeşti să trăieşti şi acolo nu apare decât moartea. Iar mintea, pentru că nu a cunoscut decât o singură dimensiune, o singură cale – care nici măcar nu este o cale, doar pare că este – va întreba: unde este viaţa dacă ego-ul nu este?

Dar îţi spun, dacă există ego-ul, atunci nu este posibilă viaţa – acolo nu vor fi decât promisiuni. Ego-ul promite multe, este un mare politician. Şi tu eşti atât de inconştient, încât nu vezi că nicio promisiune nu a fost realizată – dar continui să crezi. Când ţi se oferă alte

promisiuni, le vei crede din nou.

Priveşte în urmă! Ego-ul a promis multe şi până acum nu ai realizat nimic. Toate promisiunile s-au dovedit a fi false. Dar tu nu te uiţi niciodată înapoi, nu compari. Când erai copil, ţi se spunea că atunci când te faci mare te aşteaptă multe minunăţii în viaţă.

Toţi spuneau acest lucru şi tu ai început să crezi că doar la maturitate se va întâmpla tot ce trebuie să se întâmple. Acum a venit ziua promisă şi nu s-a întâmplat nimic, dar ai uitat de acele promisiuni. Nu vrei să îţi mai aminteşti nimic, deoarece este dureros să vezi că ai fost minţit.

Acum speri să se întâmple ceva la bătrâneţe – la bătrâneţe va înflori meditaţia. Atunci toate grijile vor dispărea: copiii vor merge la colegiu şi totul va fi aranjat să fie bine. Tu nu vei mai avea nicio responsabilitate. Atunci vei putea să cauţi Divinul. La bătrâneţe se va întâmpla miracolul – dar vei muri complet nesatisfăcut.

Nu se va petrece nimic, deoarece nimic nu se obţine prin speranţe. Ceea ce doreşti, nu va apărea niciodată prin promisiunea ego-ului. Dar se poate petrece chiar acum – se poate petrece doar acum. Însă este nevoie de o foarte intensă conştientizare, care să arunce toate promisiunile, toate speranţele, toate visele, toate programele de viitor, trebuie să poţi privi chiar acum şi chiar aici la ceea ce eşti tu.

În această reîntoarcere la tine însuţi – conştiinţa nu o mai ia înainte, ci se îndreaptă spre ea însăşi – tu devii un cerc de conştiinţă. Acest moment devine etern. Eşti conştient şi atent. Acolo nu mai există niciun „eu”, ci doar simpla existenţă, simpla fiinţă. Şi din această conştientizare apare simplitatea.

Prin această simplitate nu se înţelege că trebuie să devii un cerşetor, nu înseamnă că vei avea doar o robă şi vei trăi în sărăcie. Acestea nu sunt altceva decât nişte lucruri exterioare, calculate şi amăgitoare. Simplitatea apare din această simplă existenţă în care ego-ul nu mai există. Şi apoi, devii umil. Dacă vei practica, nu o vei

obţine niciodată. O umilinţă sau o simplitate practicată nu va fi decât un ego ascuns.

Dacă poţi deveni conştient, aceasta va începe să curgă prin tine. Tu devii umil; nu eşti împotriva ego-ului, deoarece o umilinţă care este împotriva ego-ului, este de fapt tot un fel de ego – un ego mai subtil şi mai periculos. Umilinţa adevărată există ca o absenţă a ego-ului – nu ca opusă lui, ci ca o absenţă a sa. Ego-ul a dispărut. Ai ajuns la tine însuţi şi ai văzut că nu există niciun ego: atunci apare simplitatea, apare umilinţa – acestea vor curge. Tu nu ai făcut nimic ca să le obţii, ele sunt doar nişte efecte, nişte produse ale unei intense conştientizări.

O asemenea întrebare este stupidă. Dacă simţi că eşti conştient şi încă simţi că acolo există ego-ul, atunci să ştii că nu eşti conştient. Fă un efort să fii conştient, iată şi criteriul: când eşti conştient, ego-ul nu mai există; când eşti conştient, acolo nu mai poţi găsi ego-ul. Acesta este singurul criteriu.

A

3. Într-o zi ai vorbit despre dezechilibrul care există în cultura occidentală centrată-obiectiv şi cultura orientală centrată-subiectiv şi, de asemenea, ai mai menţionat faptul că fiinţa umană nu este acceptată în totalitate în nicio cultură.

Poţi anticipa dacă va apărea o astfel de cultură care să accepte în totalitate fiinţa umană – atât obiectiv cât şi subiectiv?

O asemenea dezvoltare părtinitoare apare, în mod fals, ca fiind naturală.

Încearcă să înţelegi această falsitate, deoarece multe depind de ea.

Ori de câte ori se afirmă ceva, opusul acelui lucru va fi negat – va fi în mod simultan negat. Dacă eu spun: „Dumnezeu este în interior” – afirmaţia mea va nega în mod automat faptul că: „Dumnezeu este în exterior”. Dacă spun: „Pentru a fi tăcut trebuie să pătrunzi în interior” – asta implică faptul că dacă vei fi în exterior nu vei mai fi niciodată tăcut. Deci, prin limbaj totul va fi negat.

Înseamnă că limbajul nu poate niciodată acoperi întreaga viaţă. Sau, dacă încerci să acoperi cu el întreaga viaţă, atunci acesta devine ilogic, iraţional. Dacă spun: „Dumnezeu este înăuntru şi în afară” – este o afirmaţie fără sens. Dacă spun: „Totul este Dumnezeu” – iarăşi este ceva fără sens. Dacă spun: „Tăcerea poate fi atinsă chiar dacă te duci în exterior şi chiar dacă te duci în interior” – afirmaţia nu va avea niciun sens, deoarece mă contrazic. Eu pun unul lângă celălalt două lucruri opuse; ele se neagă unul pe altul şi nu se mai înţelege nimic.

S-a încercat de multe ori să poată fi acoperită întreaga viaţă prin exprimare lingvistică. Nu s-a reuşit şi nici nu se va reuşi aşa ceva. O poţi face, dar afirmaţiile tale vor deveni mistice: ele nu vor avea niciun sens. Limbajul este logic şi logica are nevoie de anumite cerinţe pentru ca să aibă sens.

Dacă mă întrebi: „Eşti aici?” – iar eu spun: „Da şi nu” – sau: „Da, într-un fel sunt aici şi într-un alt sens nu sunt aici” – dacă mă iubeşti, mă vei numi un mistic, iar dacă nu mă iubeşti mă vei face nebun. Cum pot fi adevărate ambele afirmaţii? Ori sunt aici – şi atunci trebuie să spun da; ori nu sunt aici şi nu mai am ce să spun. Dar dacă le afirm pe ambele, sar deja din structura logică a limbajului.

Limbajul este o alegere. Din această cauză toate culturile, toate civilizaţiile, toate societăţile au devenit părtinitoare. Şi nicio cultură nu poate exista fără limbaj. De fapt chiar el creează cultura. Omul este singurul animal care are limbaj; niciun alt animal nu creează cultură sau civilizaţie, doar omul o face. Iar odată cu limbajul apare şi alegerea, iar cu aceasta dez echilibrul. Ţine minte, niciun animal nu este dezechilibrat, doar omul este. Toate animalele trăiesc într-un adânc echilibru: copacii, pietrele, totul. Care este problema? Aceea că omul trăieşte prin limbaj şi acesta creează alegerea.

Dacă îi spun cuiva că este şi frumos şi urât, această afirmaţie nu va avea niciun sens. Şi frumos şi urât?

— Cum adică? Dacă spun „eşti frumos”, acest lucru va avea sens.

Dar dacă afirm: „Eşti şi înţelept şi prost” – este ceva lipsit de sens.

Dar aşa este realitatea. Nimeni nu poate fi doar urât sau doar frumos. Acolo unde există frumuseţea, există şi urâţenia. Ele fac parte dintr-un întreg. Oriunde există înţelepciunea, există şi prostia. Nu poţi găsi un înţelept care să nu fie şi prost uneori şi nu poţi găsi un prost care să nu fie şi înţelept uneori.

Poate că este dificil să concepi aşa ceva, deoarece atunci când spui: „Acest om este prost” – deja ai oprit căutarea, după ce ai afirmat acest lucru, închizi uşa. Acum nu vei mai căuta înţelepciunea la el. Şi chiar dacă aceasta îţi este dezvăluită, tu nu o vei mai vedea. Vei spune: „Acest om este prost. Cum ar putea el uneori să fie înţelept? Este imposibil; a fost o greşeală. Poate că a avut o atitudine aparent înţeleaptă din inconştienţă, a făcut asta din prostie. Este ceva accidental. El nu poate fi înţelept”. Însă dacă decizi că un om este înţelept şi acesta face o prostie, nu vei dori să crezi sau vei începe să-i găseşti nişte scuze – vei raţiona totul – trebuie să fie o acţiune înţeleaptă.

Viaţa este şi una şi alta, dar limbajul o divide. Şi din această cauză fiecare cultură îşi creează propriul ei şablon, ea alege ceea ce vrea. În Orient a existat tehnologie, cercetare ştiinţifică şi tot ceea ce este acum în Occident. Cu cinci mii de ani în urmă şi aici a existat o tendinţă de îndreptare spre exterior, dar s-a realizat faptul că este ceva fără rost – exact cum simte acum Occidentul.

Când s-a simţit faptul că această dezvoltare este fără rost, ei s-au întors spre cealaltă extremă. Atunci s-au hotărât: „Acum hai spre interior. Tot ce este exterior este iluzoriu şi nu ne duce nicăieri. Să mergem spre interior”. Atunci ştiinţa s-a oprit din dezvoltare, tehnologia la fel – dar nu numai s-au oprit, ci toţi au început să condamne tot ce era în exterior. „Doar viaţa interioară merită a fi trăită! Părăseşte tot ce este în afară!” Astfel au devenit împotriva lumii, au început să nege tot ce este material.doar spiritualul trebuie văzut.

Viaţa este ambele. Nici aşa nu este bine. Mai

degrabă, spune că viaţa este una. Ceea ce noi numim materie este o expresie a spiritualului şi ceea ce numim spiritual este o expresie a materialului. Viaţa este una. Interiorul şi exteriorul nu sunt opuse, ci sunt doi poli ai aceleiaşi Existenţe.

Însă în clipa în care o societate ajunge la extrema alegerii sale – o alegere trebuie să fie întotdeauna extremistă – va simţi imediat lipsa a ceea ce nu are, ceea ce îi lipseşte. Ceea ce ai poţi uita, dar ceea ce îţi lipseşte îi vei simţi din ce în ce mai mult prezenţa. De aceea, Orientul aflându-se în culmea dezvoltării sale, a simţit absurditatea ştiinţei şi tehnologiei: nu poţi atinge tăcerea şi fericirea prin asta – aşa că renunţă la toate şi îndreaptă-te spre interior. Iar această îndreptare spre interior s-a transformat în mod automat într-o negare a exteriorului.

În Occident se întâmplă acelaşi lucru. Ei au ajuns la o dezvoltare tehnologică în care poate fi simţit non-sensul acestei dezvoltări. Acum, India a ajuns în străfundurile sărăciei. Era normal să se întâmple aşa, pentru că mintea s-a îndreptat doar spre interior. Când te duci spre interior renunţând la tot ce este exterior, vei ajunge cu siguranţă la sărăcie, la sclavie, la suferinţă şi la durere. India nu mai este interesată de meditaţie, nu mai este interesată de nirvāṇa, acum este interesată de tehnologie. Studentul indian este interesat de medicină, de inginerie. Geniile Indiei pleacă în Occident pentru a învăţa despre energia atomică, iar geniile occidentale vin în India pentru a învăţa meditaţia, pentru a obţine nirvāṇa.

Pentru prima dată în istorie, oamenii au învăţat cum să călătorească în spaţiu. Au ajuns pe Lună şi acum au văzut că totul este absurd. Acum se întreabă: „Ce va ieşi de aici? Chiar dacă am ajuns pe Lună, omul tot suferă”. Luna nu te va ajuta cu nimic. Poţi trimite omul pe Lună, dar el va fi acelaşi om. Deci, călătoria în spaţiu pare doar o irosire de energie. Cum putem pătrunde în spaţiul interior?

Acum ei se îndreaptă spre Orient, iar Orientul se îndreaptă spre Occident – însă şi aceasta este tot o

alegere. Dacă Occidentul se îndreaptă complet spre Orient, în două sau trei secole acesta va deveni complet sărac. Priveşte-i pe cei care sunt hippie. Dacă următoarele generaţii vor fi la fel ca ei, atunci cine va mai lucra cu tehnologia dezvoltată în Occident? Pentru a ajunge la această dezvoltare s-a lucrat timp de secole şi totul se poate pierde doar în câteva generaţii. Ce se va întâmpla dacă această generaţie va spune: „Nu vom merge la şcoală şi la universităţi”? Cât va mai putea menţine controlul vechea generaţie? Printr-o asemenea negare se poate distruge totul în răstimpul a 20 de ani. Iar noua generaţie spune: „Ce folos mai au maşinile şi tehnologia dacă nu există iubire? Când nu există pacea minţii, ce folos mai are bunăstarea? Care este folosul acestui standard ridicat de viaţă, când aici nu este nicio viaţă? Deci renunţă la toate astea!”

În cel mult două secole, Occidentul poate ajunge în pragul sărăciei.

Acest lucru s-a întâmplat în Orient. În vremurile descrise de epopeea Mahābhārata, aici exista o tehnologie foarte avan sată. Apoi s-a descoperit că este ceva lipsit de sens. Dacă mintea indiană se îndreaptă spre tehnologie, în două secole religia va dispărea – deja în mare parte a dispărut – şi cuvântul „meditaţie” va părea demodat, va ieşi din uz. Dacă vei vorbi de interior, oamenii vor crede că eşti nebun: „Ce vrei să spui cu acest interior? Nu există niciun fel de interior”.

Iar aceste lucruri se întâmplă tocmai datorită limbajului – acesta înseamnă o alegere şi astfel mintea se va îndrepta spre o extremă. Când se îndreaptă spre o extremă, ea va pierde restul; iar în acest rest există multe calităţi pe care le vei pierde şi când le pierzi vei începe să le doreşti şi te vei îndrepta din nou spre altă extremă unde iarăşi vei pierde ceva.

Până acum nu s-a dezvoltat încă o cultură totală şi aceasta nici nu se poate naşte până când omul nu învaţă să rămână tăcut, până când tăcerea nu devine chiar miezul minţii umane. Nu limbajul, ci tăcerea – deoarece în tăcere

tu eşti întreg, în limbaj eşti fragmentat. Până când umanitatea nu începe să înveţe să trăiască prin tăcere – nu prin limbaj, nu prin minte, ci prin totalitatea fiinţei – nu este posibilă nicio cultură totală. Doar nişte fiinţe umane totale pot crea o cultură totală.

Fiinţa umană este parţială şi fragmentată. Fiecare fiinţă umană este doar un fragment din ceea ce poate şi trebuie să fie. Omul este doar un fragment din potenţialitatea sa. Astfel de fiinţe fragmentate, creează societăţi fragmentate. Aceste societăţi au fost mereu prezente. Acum putem deveni conştienţi de întregul non-sens prin care trecem în momentul în care ne îndreptăm spre o extremă sau alta. Iar dacă această conştientizare devine intensă şi nu ne mai îndreptăm spre nicio extremă, ci mai degrabă începem să privim întregul…

De exemplu, eu nu sunt împotriva materiei şi nu sunt împotriva spiritualului. Nu sunt nici în favoarea lor. Eu sunt pentru amândouă. În mine nu există nicio alegere. Sunt în favoarea ambelor, deoarece doar atunci când le poţi accepta pe amândouă poţi deveni întreg şi total. Dar est e dificil de înţeles datorită moştenirii pe care o avem.

Ori de câte ori vezi un om spiritual, începi să te întrebi dacă el este sau nu sărac. Trebuie să fie sărac, trebuie să trăiască într-o colibă, trebuie să moară de foame. De ce? De ce trebuie să fie aşa? – deoarece interiorul trebuie ales în defavoarea exteriorului; aceasta este o parte din moştenirea pe care o ai. Dacă vezi un om care trăieşte în lux, nu vei putea crede că el poate fi spiritual. Cum ar putea fi?

Ce este în neregulă cu luxul? Şi cum de este spiritualul împotriva luxului? De fapt, spiritualul este ultimul lux, este luxul cel mai mare. Doar un om spiritual poate trăi în bogăţie. El ştie cum să se relaxeze, ştie cum să se bucure, ştie cum să îşi ducă fericirea peste tot pe unde se duce. Însă moştenirea ta a pătruns adânc în celulele creierului tău. Dacă vezi un om religios care trăieşte în sărăcie, atunci vei crede că el este autentic. Cum de este legată spiritualitatea de sărăcie? Şi de ce?

Noi am ales extremele. Acest lucru este dificil de înţeles, deoarece totul este doar o tradiţie care te-a pătruns adânc – şi tu nici nu eşti conştient.

Cineva mi-a spus că în ţinutul Wardha, unde trăieşte Vinoba, este foarte cald pe tot parcursul zilei – şi el nu foloseşte nici măcar un ventilator, niciun fel de aparat de aer condiţionat. Cum ar putea un om religios să folosească un aparat de aer condiţionat? Este imposibil! El nu foloseşte nici măcar un evantai. Cel care venise de acolo era foarte impresionat şi spunea: „Vezi, acesta este un adevărat om religios! El nu folosea nici măcar un evantai!”

Atunci eu l-am întrebat: „Şi ce face?”

„Întreaga ziua, de la ora zece la cinci, îşi pune pe cap şi pe trup cârpe ude”. – mi-a răspuns.

Şapte ore pierdute în fiecare zi!

— Şi cât costă un ventilator sau un aparat de aer condiţionat? Iar Vinoba pierde şapte ore zilnic…? Însă dacă îşi lua un ventilator, nimeni nu îl mai credea religios. Şi, într-un fel, Vinoba este de acord cu o asemenea atitudine – pentru el, acele şapte ore nu au niciun fel de importanţă. Viaţa este foarte scurtă şi geniile precum Vinoba irosesc şapte ore zilnic fără niciun rost. El simte că tehnologia este anti-spirituală. Exteriorul şi interiorul – el a ales interiorul. Dar dacă ai ales interiorul, atunci chiar şi o cârpă rece sau umedă este tot ceva exterior. Face acelaşi lucru, doar că într-un mod foarte primitiv. Ce faci prin aceasta? Creezi un fel de răcoare şi pentru acest lucru îţi iroseşti şapte ore zilnic! Este un preţ foarte mare. Dar acum vom spune: „Nu, aceasta este o privaţiune, este ceva spiritual şi acest om este religios”. Iată cu ce sunt umplute celulele creierelor noastre.

Eu accept viaţa în totalitatea ei. Şi interiorul şi exteriorul sunt aici şi ambele sunt ale mele. Iar acestea trebuie să fie echilibrate – tu nu trebuie să alegi una în defavoarea celeilalte. Dacă o faci, deja ai căzut victimă acelei extreme pe care ai ales-o – şi, de aici, urmează doar suferinţa.

Creează un echilibru. Exteriorul şi interiorul nu sunt

opuse unul faţă de celălalt, ele sunt două mişcări ale aceleiaşi energii, sunt cele două maluri ale unui râu – râul nu poate curge având doar un singur mal. Poţi uita de un mal, dar aceasta nu înseamnă că el nu va exista. Râul poate exista doar dacă acolo există ambele maluri. Poţi să uiţi de unul din maluri: astfel se naşte ipocrizia, deoarece va trebui să îl ascunzi pe celălalt. Nu este nicio nevoie să îl ascunzi. Râul nu poate curge decât printre ambele maluri. Viaţa curge între exterior şi interior – ambele sunt esenţiale. Şi acestea nu sunt chiar două.

Malurile doar par două, dacă pătrunzi adânc în râu, vei vedea că ele se unesc – acelaşi pământ apare ca fiind malurile. Exteriorul şi interiorul reprezintă un singur fenomen. Dacă o asemenea atitudine pătrunde adânc în fiinţele umane – pe mine mă interesează fiinţele umane, nu societăţile şi civilizaţiile – dacă fiinţele umane devin totale şi echilibrate, atunci este posibil ca, într-o zi, umanitatea să devină o civilizaţie echilibrată. Şi doar atunci omul va fi liniştit. Doar atunci va fi posibil să creşti fără niciun fel de dificultate.

În zilele noastre, rar se întâmplă ca cineva să crească – foarte rar. Aproape toate seminţele sunt irosite. Din milioane de seminţe, doar una creşte şi înfloreşte. Este o risipă inutilă. Însă dacă societatea devine echilibrată – când nimic nu este negat şi totul este acceptat într-o profundă armonie – atunci mulţi vor creşte. Se va întâmpla exact inversul situaţiei actuale: rar se va întâmpla ca cineva să nu înflorească.

55. DOAR IREALUL SE DIZOLVĂ

30. V.1973, Bombay

SUTRE:

82. Simte: gândul meu, eul, organele mele interne – Eu.

83. Cum aş putea spune „eu sunt” înainte de a dori şi a cunoaşte? Ia în considerare aceasta. Dizolvă-te în frumuseţe.

Odată un vizitator îi întreba pe oamenii dintr-un sat despre primarul lor: „Ce fel de om este primarul vostru?”

„Nu este bun” – a răspuns preotul.

Ajutorul de la benzinărie a spus: „Este un vagabond”.

Iar bărbierul: „Niciodată în viaţa mea nu l-am votat pe ticălosul ăla”. Apoi vizitatorul l-a întâlnit pe primar, care era un om foarte răuvoitor, şi l-a întrebat: „Ce primeşti pentru slujba asta?”

Primarul a spus: „O, Dumnezeule! Nu primesc niciun fel de plată. Am acceptat această slujbă pentru onoarea pe care mi-o oferă ea!”

Iată situaţia în care se află ego-ul – doar tu te gândeşti la ego-ul tău, nimeni altcineva nu o face. Doar tu crezi că ego-ul se află undeva pe un tron; pentru oricine altcineva acesta nici nu există. Nimeni nu este de acord cu el; toţi sunt împotriva lui. Însă tu continui să trăieşti într-un vis, într-o iluzie. Tu îţi creezi propria ta imagine. Ai grijă de această imagine, o protejezi şi crezi că întreaga lume există doar pentru ea. Este o nebunie. Nu aceasta este realitatea. Lumea nu există pentru tine. Nimeni nu este interesat de ego-ul tău. Nici nu contează dacă exişti sau nu. Tu eşti doar un val. Acesta vine şi pleacă; oceanul nu este îngrijorat de el. Dar tu continui să te crezi foarte important.

Cei care vor să îşi dizolve ego-ul, trebuie mai întâi să recunoască acest fapt. Până când nu pui deoparte structura ta egoistă nu vei fi capabil să vezi realitatea, deoarece orice vezi sau percepi este distorsionat de ego. Acesta încearcă să manipuleze totul pentru el însuşi. Şi de fapt, nimic nu există pentru el, deoarece realitatea nu poate ajuta nimic din ceea ce este fals. Ţine minte acest lucru.

Realitatea nu poate susţine nimic din ceea ce nu există, iar ego-ul tău este cel mai imposibil lucru, este cea mai mare falsitate.

El nu există; el este creaţia ta, este imaginaţia ta. Realitatea nu îl poate ajuta. Aceasta nu poate decât să îl distrugă, să îl împrăştie. Ori de câte ori ego-ul vine în contact cu realitatea, aceasta se dovedeşte a fi şocantă. Şi pentru a te apăra de aceste şocuri, care apar în continuu

pentru a distruge egoul, tu începi încet-încet să eviţi realitatea.

Preferi să eviţi realitatea decât să îţi pierzi ego-ul. Şi atunci în jurul lui creezi o lume falsă despre care crezi că este realitatea. Astfel, începi să trăieşti în propria ta lume. Tu nu te afli în contact cu lumea reală, deoarece te temi de ea. Trăieşti într-un glob de sticlă a ego-ului. Acolo există frica: este mai bine să nu intri în contact cu realitatea, deoarece aceasta poate distruge ego-ul. Şi astfel noi continuăm să evităm realitatea doar pentru a ne proteja, pentru a apăra acest ego imposibil. De ce îl numesc imposibil? De ce spun că este fals?

Încearcă să înţelegi. Realitatea este una: ea există ca o totalitate, ca un întreg. Tu nu poţi exista singur, sau crezi că poţi? Dacă copacii nu există, nici tu nu poţi exista – ei produc oxigen pentru tine. Când aerul dispare vei muri, deoarece aerul îţi dă vitalitate, el îţi dă viaţă. Dacă soarele nu mai există vei pieri, deoarece razele, căldura sa sunt de fapt viaţa ta.

Viaţa există ca o totalitate cosmică. Tu nu eşti singur, nu poţi exista singur. Nu exişti ca ceva separat, ci ca un val în întregul ocean cosmic. Tu eşti legat de ceva. Ego-ul îţi dă senzaţia că eşti separat, că eşti izolat, că eşti o insulă – dar nu este aşa. De aceea, ego-ul este fals. El este ireal şi realitatea nu îl poate susţine.

Deci există doar două posibilităţi. Dacă vii în contact cu realitatea, dacă te deschizi ei, ego-ul se va dizolva – sau poţi să îţi creezi propria ta lume de vis în care să trăieşti. Deja ai creat-o. Fiecare trăieşte în propria sa lume.

Oamenii vin la mine şi îi văd că dorm buştean, visează. Problemele lor fac parte din visele lor şi ei spun că vor să le rezolve. Acestea nu pot fi rezolvate, deoarece nu sunt reale. Cum poţi rezolva o problemă ireală. Dacă ea există, atunci poate fi rezolvată – dar problema pe care o ai un există, ea nu se află nicăieri. O problemă ireală – cum ar putea ea să fie rezolvată? Poate fi rezolvată doar printr-un răspuns ireal. Dar acel răspuns ireal va crea alte probleme care vor fi din nou ireale. Şi aşa poţi continua la

nesfârşit. Nu există sfârşit.

Dacă vrei să vii să întâlneşti realitatea... Iată ce înseamnă să îl întâlneşti pe Dumnezeu. El nu este ceva care este ascuns în cer, ci este chiar realitatea din jurul tău. Dumnezeu nu stă ascuns; tu stai ascuns în irealitate. Dumnezeu este prezenţa imediată şi cea mai apropiată, dar tu eşti ascuns într-o capsulă ermetică, eşti ascuns în propria ta lume ireală, pe care o protejezi ca pe cel mai de preţ lucru – iar centrul acestei lumi este ego-ul.

Ego-ul este ireal pentru că tu nu eşti izolat – eşti una cu realitatea. Tu exişti ca o parte organică a ei. Nu poţi fi separat de ea. Dacă ai fi separat, atunci nu ai mai trăi nici măcar un singur moment. Prin fiecare respiraţie eşti legat de cosmos; în fiecare moment te mişti în afară şi înăuntru, întâlneşti realul şi vii înapoi.

Tu eşti un puls şi nu o entitate moartă, iar această pulsaţie există într-o profundă armonie cu realul. Dar ai uitat de acest puls. Ai creat un ego mort, un concept – „eu sunt" – şi acest concept este mereu împotriva întregului: el se apără, este mereu în conflict. De aceea toate religiile au pus mare accent pe dizolvarea ego-ului.

Primul lucru: ego-ul este ireal şi de aceea şi poate fi dizolvat. Nimic din ceea ce este real nu poate fi dizolvat. Cum ai putea dizolva ceva real? Ceea ce este real nu poate fi distrus, va rămâne indiferent de ceea ce faci tu. Doar lucrurile ireale se pot dizolva. Ele dispar, pur şi simplu se evaporă în nimic, în goliciune. Ego-ul tău se poate dizolva tocmai pentru că este ireal. Este doar un gând, doar o noţiune; nu are nicio substanţă în el.

Al doilea lucru: tu nici măcar nu poţi avea cu tine acest ego întreaga zi, nu-l poţi menţine 24 de ore din 24. Este atât de ireal încât trebuie să-l alimentezi mereu, trebuie să îl hrăneşti constant. În timp ce dormi, el nu se află acolo. De aceea, dimineaţa te simţi proaspăt şi odihnit, pentru că o perioadă de timp te-ai aflat într-un profund contact cu realitatea şi aceasta te-a reîntinerit, te-a revitalizat.

În starea de somn profund, ego-ul nu mai există.

Numele, forma ta, toate s-au dizolvat. Atunci nu mai ştii cine eşti – bogat sau sărac, păcătos sau sfânt, educat sau needucat – nu mai ştii nimic. În somnul profund ai recăzut în întregul cosmic; acolo ego-ul nu mai există. Dimineaţa te simţi mai proaspăt, mai tânăr, mai vitalizat; energia s-a întors la tine. Acum eşti din nou viu. Dar dacă în timpul nopţii visezi şi visezi şi visezi, dimineaţa te vei simţi foarte obosit, deoarece în vise ego-ul încă există. Când visezi ego-ul încă există şi el nu te lasă să te cufunzi în sursa originară. Dimineaţa te vei simţi foarte obosit.

În starea de somn profund ego-ul nu mai există. În iubirea profundă de asemenea. Când eşti relaxat şi tăcut atunci ego-ul nu mai există. Când eşti absorbit în ceva atât de total încât uiţi de tine, atunci ego-ul a dispărut. Asculţi muzică şi uiţi de tine – ego-ul s-a evaporat. Şi pacea care îţi apare nu se datorează muzicii, ci datorită faptului că ai uitat de eu, de ego. Muzica este doar un instrument.

Când priveşti un răsărit sau un apus de soare uiţi de tine. Atunci simţi brusc că se întâmplă ceva cu tine. Tu nu mai eşti acolo, ci ceva mult mai mare. Această prezenţă… Iisus o numeşte Dumnezeu. Mahomed o numeşte Allah. Acest cuvânt este simbolic; Dumnezeu înseamnă ceva mult mai mare decât tine. Şi poţi simţi acest lucru doar atunci când tu nu eşti.

Dacă te afli acolo nu îţi mai poate apărea, deoarece tu eşti o barieră.

În orice moment în care eşti absent, Dumnezeu este prezent. Absenţa ta înseamnă prezenţa Divinului – ţine bine minte acest lucru. Deci întrebarea nu se pune cum să atingi divinul, ci cum să fii absent.

Nu trebuie să îţi faci griji despre divin, îl poţi uita complet. Nu este nevoie să ţii minte nici cuvântul Dumnezeu; acesta nu este important, important este ego-ul tău. Dacă acesta nu mai este prezent, atunci Dumnezeu îşi face apariţia. Şi dacă depui efort pentru a atinge Divinul sau pentru a fi eliberat, poţi pierde totul, deoarece acest efort poate fi egocentric.

Aceasta este o problemă pentru căutător. Este posibil

ca doar ego-ul să fie cel care doreşte şi caută să atingă Divinul. Poate că nu eşti satisfăcut doar cu succesele lumeşti. Poate că ai ajuns să fii bogat, respectat, dar cu toate acestea ego-ul nu este satisfăcut. Şi el nu este niciodată satisfăcut. Motivul? Acelaşi. O foame reală poate fi satisfăcută, dar foamea ego-ului nu poate fi satisfăcută, pentru că este falsă. Datorită faptului că foamea este falsă niciun fel de mâncare nu o poate satisface. Când foamea este reală atunci ea va putea fi satisfăcută.

Orice foame naturală poate fi stinsă – nu este nicio problemă – dar o foame nenaturală nu poate fi satisfăcută. Ea nici măcar nu este o foame – cum ai putea să o satisfaci? Este ireală – în ea nu există decât goliciune. Şi astfel continui să arunci mâncare într-un abis. Dar aşa nu vei ajunge nicăieri. Ego-ul nu poate fi satisfăcut.

Am auzit că cineva i-a spus lui Alexandru Macedon, atunci când acesta a intrat în India, următoarele: „Te-ai gândit vreodată ce vei face după ce vei cuceri întreaga lume?”

După ce a auzit acest lucu, Alexandru s-a întristat şi a spus: „Nu m-am gândit la aşa ceva, dar acum sunt foarte trist. Da, într-adevăr, este o singură lume şi eu o voi cuceri. După ce o voi cuceri, oare ce voi face?”

Nici chiar întreaga lume nu îţi va potoli setea, deoarece această sete este ireală, este falsă. Foamea aceasta nu este naturală.

Ego-ul poate pleca în căutarea lui Dumnezeu. În 99% din cazuri sentimentul meu a fost acela că doar ego-ul este cel care caută. Şi atunci această căutare este sortită eşecului încă de la început, deoarece ego-ul nu poate întâlni divinul. Ţine bine minte că meditaţia, rugăciunea, devoţiunea, nu trebuie să fie o călătorie a ego-ului. Dacă este, atunci îţi iroseşti inutil energia. Deci fii perfect conştient de acest lucru.

Şi aici nu este vorba decât de conştientizare. Dacă eşti conştient, poţi vedea cum lucrează ego-ul. Nu este dificil; nu este nevoie de niciun fel de antrenament. Poţi închide ochii şi să vezi chiar acum care este căutarea.

Întreabă-te dacă tu eşti cel care caută cu adevărat divinul sau este doar o călătorie a ego-ului – deoarece prin el poţi obţine respectul altor oameni, poţi gândi:

„Cum aş putea să fiu satisfăcut dacă nu găsesc sau posed divinul?”

Crezi că Dumnezeu poate ajunge o posesiune a ta? Upanishadele spun că omul care afirmă că a atins divinul, nu a realizat nimic, deoarece chiar afirmaţia: „Am ajuns la Dumnezeu” – nu este în fapt decât o afirmaţie a egoului. Upanishadele spun că astfel de pretenţii arată că, de fapt, nu ai atin’s nimic. Afirmaţia”, am cunoscut” provine din ego – iar acesta nu poate cunoaşte. El este singura barieră.

Acum vom pătrunde în tehnici.

82. Simte: *gândul meu*, *eul meu*, *organele mele interne – pe mine*.

O foarte simplă şi frumoasă tehnică. *Simte*: *gândul meu*, eul *meu*, *organele mele interne – eu*. Primul lucru este să simţi, nu să gândeşti. Acestea sunt două dimensiuni diferite. Noi am devenit atât de înclinaţi spre intelect încât chiar şi atunci când spunem că simţim, de fapt nu simţim, ci gândim. Simţirea a încetat; aceasta a devenit un organ mort. Chiar atunci când spui: „Iubesc” – acesta nu este un sentiment, ci doar un gând.

Care este diferenţa dintre simţământ şi gând? Dacă simţi, atunci te simţi centrat în inimă; când spun: „Te iubesc” – acest sentiment de iubire va curge din inima mea, centrul se va afla aproape de inimă. Însă dacă este doar un gând, acesta va veni din cap. Când iubeşti pe cineva, încearcă să simţi dacă acest sentiment vine dinspre cap sau dinspre inimă.

Ori de câte ori simţi ceva profund, capul dispare. În acel moment acolo nu mai poate exista capul. Atunci inima devine centrul fiinţei tale; centrul fiinţei se află în inimă. Când gândeşti, centrul se află în cap. Însă gândirea s-a dovedit a fi de mare folos pentru supravieţuire şi acesta este motivul pentru care am închis toate celelalte dimensiuni ale fiinţei. Acum suntem bazaţi doar pe mental, iar corpul a ajuns doar un element secundar. Continuăm să

gândim, gândim chiar şi sentimentele. Încearcă să simţi. Va trebui să lucrezi asupra acestei capacităţi pentru ca să o poţi recăpăta, deoarece această calitate de a simţi a rămas în stare latentă. Trebuie să faci ceva pentru a redeschide această posibilitate.

Priveşti o floare şi imediat spui că este frumoasă. Meditează, nu te grăbi să judeci. Aşteaptă – şi vezi dacă acest sentiment vine din cap sau îl simţi cu adevărat din inimă. Este doar un lucru de rutină, pentru că eşti obişnuit cu faptul că un trandafir trebuie să fie frumos? Ceilalţi spun că este frumos şi tu ai repetat de multe ori acelaşi lucru.

În momentul în care vezi trandafirul, mintea te înlocuieşte, ea este cea care spune că este frumos. Acum totul s-a terminat. Contactul cu trandafirul s-a încheiat. Nu mai există niciun contact, deoarece ai spus totul. Acum poţi trece la altceva. Fără să existe niciun contact cu trandafirul… mintea nu ţi-a permis să ai o străfulgerare a trandafirului.

A intervenit mintea şi inima nu a mai putut veni în contact cu trandafirul. Doar inima poate spune dacă el este sau nu frumos, deoarece frumosul este un sentiment şi nu un concept.

Mentalul nu poate spune dacă trandafirul este frumos. Frumuseţea nu este matematică, ea nu este măsurabilă. Iar frumuseţea nu se află de fapt în trandafir, pentru că este posibil ca altcineva să nu îl vadă ca fiind frumos; poate că trece şi nici nu îl vede. Frumuseţea nu există în trandafir, ci în întâlnirea dintre inimă şi trandafir. Când inima se întâlneşte cu trandafirul, frumuseţea înfloreşte. Când inima vine în contact profund cu orice, acolo apare un fenomen minunat.

Dacă vii în contact profund cu o persoană, aceasta va deveni frumoasă.

Cu cât este mai profund contactul, cu atât mai multă frumuseţe va apărea. Însă frumuseţea este un fenomen care apare inimii şi nu capului. Acest fenomen nu este un calcul matematic şi nu există niciun criteriu prin care să îl

poţi judeca. Acesta este un sentiment.

Deci când spun: „Acest trandafir este frumos” – tu nu mă poţi contrazice. Nu este nicio nevoie să faci asta. Poţi spune: „Acesta este sentimentul tău. Iar eu simt că este urât – este sentimentul meu”. Aici nu se pune problema contrazicerii. Capetele se pot contrazice, inimile nu se pot contrazice. În acest punct se opreşte totul – nu se mai pune problema contrazicerii.

Prin raţiune, contrazicerea va continua şi vom ajunge la o anumită concluzie. Prin inimă, concluzia deja a apărut. Prin inimă nu există nicio procedură care să ducă spre o concluzie; aici concluzia este imediată, este instantanee. Raţiunea te conduce printr-un proces complicat – discuţi, analizezi, te contrazici şi apoi ajungi la o concluzie care să arate dacă este sau nu aşa cum ai spus. Prin inimă se petrece un fenomen spontan – prima care apare este chiar această concluzie.

Deci când trebuie practicate astfel de tehnici, prima dificultate care apare este aceea datorată faptului că nu ştii ce este simţirea. Încearcă să o dezvolţi. Când atingi ceva, închide ochii şi nu gândi, simte. De exemplu, te ţin de mână şi spun: „Închide ochii şi simte ceea ce se întâmplă” – vei spune imediat: „Mâna ta este în mâna mea”. Dar acesta nu este un sentiment, ci un gând.

Apoi îţi repet: „Simte, nu gândi” – şi îmi răspunzi: „Prin acest gest îţi exprimi iubirea”. Dar şi aceasta este tot gândirea. Atunci insist: „Doar simte, nu îţi folosi capul. Ce simţi tu în acest moment?” În final vei spune adevărul, vei spune ceea ce simţi: „Simt căldura”. Deoarece în această situaţie iubirea este o concluzie, iar fraza „mâna ta se află în mâna mea” – este doar un gând. Sentimentul actual este acela că simţi căldură – căldură ce curge din mâna mea spre mâna ta sau din a ta spre a mea. Energiile vieţii noastre se întâlnesc şi punctul lor de întâlnire a devenit cald.

Aceasta este simţirea, acesta este realul. Dar noi continuăm să existăm doar prin raţiune. Şi acest lucru a devenit un obicei; adevărul este că am fost învăţaţi să fim

aşa. Însă va trebui să îţi redeschizi inima.

Încearcă să trăieşti prin senzaţii, prin sentimente, mai ales când nu ai o anumită treabă – când nu munceşti, deoarece va fi dificil să începi direct de la activităţile zilnice. În acestea raţiunea s-a dovedit a fi foarte eficientă şi aici nu poţi depinde de sentimente. Dar când eşti acasă şi te joci cu copiii, acolo raţiunea nu mai este necesară – nu mai te afli în mijlocul unei afaceri. Problema este că şi atunci o foloseşti. Joacă-te cu copiii sau stai cu soţia, ori poţi doar să te relaxezi într-un fotoliu şi să simţi. Simte materialul fotoliului.

Mâna îţi atinge fotoliul: ce simţi? Aerul suflă şi briza te atinge. Ce simţi? Din bucătărie vin nişte mirosuri. Cum le simţi? Simte-le, nu te gândi la ele. Nu începe să te gândeşti că acum se prepară ceva la bucătărie – astfel vei începe să visezi. Doar simte ceea ce este acolo. Rămâi cu acel fapt; nu intra în gândire. Tu eşti înconjurat de totul. Totul converge în tine. Întreaga existenţă vine de peste tot ca să te întâlnească într-un punct, ea intră în tine prin toate simţurile, dar problema este că te afli în raţiune şi toate simţurile au murit; ele nu mai pot simţi nimic.

Înainte de a face aceasta însă este necesară o anumită evoluţie interioară, deoarece este un experiment interior. Dacă nu poţi simţi exteriorul, îţi va fi foarte dificil să simţi interiorul, deoarece acesta este mult mai subtil. Când nu poţi simţi grosierul, nu vei putea simţi subtilul. Dacă nu poţi auzi sunetele fizice, îţi va fi dificil să auzi sunetul subtil interior – foarte dificil. El este foarte subtil.

Stai în grădină şi simte zgomotele şi sunetele care te înconjoară. Închide ochii şi fii atent să simţi cel mai subtil sunet care se află în jurul tău. O cioară croncăne: concentrează-te asupra acelui sunet. Zgomotul traficului se află în fundal. Sunetul este atât de subtil încât nu poţi deveni conştient de el, dacă nu îţi concentrezi toată atenţia asupra sa. Când îţi concentrezi atenţia, zgomotul traficului se va îndepărta şi sunetul făcut de cioară va deveni centrul tău. Tu îl vei auzi, vei auzi toate nuanţele sale – nuanţe foarte subtile, îl vei auzi total.

Dezvoltă-ţi senzitivitatea. Când atingi, când mănânci, când auzi, când faci o baie, permite-le simţurilor să fie deschise. Şi nu gândi – simte.

Stai sub duş: simte răcoarea apei care cade pe tine. Nu te gândi. Nu spune: „Este rece. Este bine”. Nu spune nimic. Nu verbaliza, deoarece atunci pierzi sentimentul care apare acolo. În momentul în care apar cuvintele, mintea a început să funcţioneze. Nu verbaliza. Simte răcoarea şi nu spune că este răcoroasă. Nu este nicio nevoie să spui ceva. Dar minţile noastre sunt de-a dreptul nebune; continuăm în permanenţă să spunem câte ceva.

Îmi aduc aminte de perioada când lucram la universitate de o doamnă profesoară care vorbea în continuu. Era imposibil pentru ea să stea tăcută. Într-o zi stăteam pe terasa universităţii şi soarele tocmai apunea. Era ceva extraordinar de frumos. Ea stătea lângă mine şi i-am spus: „Priveşte!” Ea tocmai spunea ceva şi i-am repetat: „Priveşte! Doar uită-te la apus”.

Fără să aibă vreo tragere de inimă a fost de acord, dar a spus: „Da dar nu crezi că trebuia mai mult purpuriu în stânga?” Nu era o pictură, ci un apus real!

Noi continuăm să spunem tot felul de lucruri fără să fim conştienţi de ceea ce spunem. Încetează această verbalizare; doar atunci vei putea să îţi adânceşti sentimentele şi senzaţiile. Iar dacă faci aceasta, atunci tehnica va face miracole pentru tine.

Simte: *gândul meu…*

Închide ochii şi simte gândul. În interior există un curent continuu de gânduri; acolo este un flux, un râu de gânduri. Simte aceste gânduri, simte-le prezenţa. Şi cu cât simţi mai mult, cu atât mai multe îţi vor fi dezvăluite – nivel după nivel. Vei simţi nu numai gândurile de la suprafaţă; dincolo de ele sunt altele şi altele – straturi după straturi.

Tehnica spune: *Simte*: *gândul meu*. Noi spunem: „Acestea sunt gândurile noastre”. Dar simte – sunt ele într-adevăr ale tale? Poţi spune „ale mele”? Cu cât simţi mai mult, cu atât îţi va fi mai imposibil să spui că sunt ale tale.

Ele sunt împrumutate de undeva, din afară. Au venit la tine, dar nu sunt ale tale. Niciun gând nu este al tău – este doar un praf care s-a aşternut acolo.

Chiar dacă nu poţi recunoaşte sursa de unde a apărut gândul, acesta tot nu este al tău. Dar dacă te zbaţi puţin, vei afla de unde a venit.

Doar tăcerea interioară este a ta. Pe aceasta nu ţi-a dat-o nimeni. Tu te-ai născut şi vei muri cu ea. Gândurile ţi-au fost date; ai fost condiţionat de ele. Dacă eşti un hindus vei avea un set de gânduri; dacă eşti un musulman vei avea un alt set de gânduri, iar dacă eşti comunist, de asemenea vei fi altfel. Aceste gânduri ţi-au fost implantate, poate că le-ai luat în mod voluntar, dar ele nu sunt ale tale.

Dacă simţi prezenţa gândurilor, atunci vei putea simţi şi faptul că ele nu sunt ale tale. Această mulţime de gânduri s-a strâns acolo, dar ele nu îţi aparţin. Şi când poţi simţi că niciun gând nu este al tău, doar atunci vei putea arunca mintea. Dacă ele sunt ale tale, atunci le vei apăra. Şi chiar sentimentul: „Acest gând este al meu” – reprezintă ataşamentul. Atunci chiar eu sunt cel care îl ajută să crească şi să îşi găsească în mine solul potrivit. Eu de vin solul. Astfel îl înrădăcinez mai mult în interior. Dar când nu consider nimic din ceea ce văd ca fiind înrădăcinat în mine, atunci nu voi fi ataşat de nimic. Sentimentul de „al meu” creează ataşamentul.

Tu poţi lupta pentru gândurile tale, poţi deveni chiar un martir sau poţi deveni un ucigaş.

Şi ele nici măcar nu sunt ale tale. Conştiinţa este a ta, dar nu şi gândurile. De ce te va ajuta acest lucru?

— Pentru că dacă poţi vedea că ele nu sunt ale tale, atunci nimic nu va mai fi al tău, deoarece gândul este cauza a tot. Casa este a mea, proprietatea, familia – acestea sunt lucrurile exterioare. Înăuntru gândurile sunt ale mele. Şi doar când gândurile sunt ale mele, pot şi celelalte lucruri – suprastructura – să fie tot ale mele.

Însă când gândurile nu sunt ale mele, atunci nu voi avea nimic. Cum ar putea în această situaţie ca soţul sau soţia să fie a mea? Dacă gândurile sunt dezrădăcinate,

toată lumea va fi dezrădăcinată. Doar atunci vei putea trăi în lume şi totuşi să nu trăieşti în ea.

Te poţi duce în Himalaya, poţi părăsi lumea, dar dacă continui să crezi că gândurile sunt ale tale, atunci înseamnă că nu ai plecat nicăieri. Când vei sta retras în Himalaya, te vei afla în aceeaşi lume ca aici, deoarece gândurile înseamnă lumea. Atunci îţi cari propriile gânduri în Himalaya. Îţi părăseşti casă, dar adevărata casă se află în interior şi această casă reală este construită din cărămizile gândurilor.

Este ciudat, dar se întâmplă în fiecare zi: văd câte o persoană care renunţă la lume şi devine sannyasin, dar ea încă mai rămâne o familistă. Ce demonstrează acest lucru? Faptul că renunţă la lume, dar nu şi la gânduri. El încă este un hindus sau un jainist – lumea gândurilor încă este cărată în interior. Şi această lume este cea reală.

Dacă poţi vedea că nici un gând nu este al tău... Şi vei vedea acest fapt, deoarece tu vei fi văzătorul şi gândurile vor deveni obiectele văzute. Când vei privi tăcut la ele, acestea vor deveni nişte obiecte la care tu vei privi. Tu vei fi observatorul şi ele vor curge prin faţa ta.

Iar dacă vei privi şi simţi în profunzime, vei vedea că acolo nu există nicio rădăcină. Gândurile plutesc precum norii pe cer; ele nu au niciun fel de rădăcină în tine. Vin şi pleacă. Tu eşti doar o victimă care te identifici fără rost cu ele. Acum nu faci altceva decât să spui: „Acela este norul meu”. Gândurile sunt precum norii: apar şi dispar pe cerul conştiinţei. Problema este că te agăţi de fiecare dintre aceşti nori. Fiecare nor este hoinar; va trece mai departe.

Întoarce-te în copilărie: Atunci ai avut anumite gânduri de care te-ai agăţat şi despre care spuneai că sunt ale tale. Apoi copilăria a dispărut şi odată cu ea au dispărut şi acele gânduri. Acum nici măcar nu ţi le mai aminteşti. După aceasta ai ajuns adolescent: perioadă în care au venit alte gânduri de care te-ai agăţat şi despre care spuneai că sunt tot ale tale

Acum eşti bătrân şi gândurile din tinereţe au dispărut, nici măcar nu le mai ţii minte. Şi erau atât de

importante încât ai fi murit pentru ele. Acum poţi râde de tot acest non-sens; poţi râde de faptul că ai fi fost în stare să mori, să devii un martir pentru ele. Nu ai mai da niciun ban pentru ele.

Acum nu îţi mai aparţin. Aceşti nori au dispărut, dar au venit alţii şi acum te agăţi de aceştia.

Norii se schimbă în permanenţă, dar ataşamentul nu se schimbă niciodată. Aceasta este problema. Şi nu este vorba că aceştia se schimbă doar când ai fost copil, ei se schimbă în fiecare moment. Cu un minut în urmă erai plin de anumite gânduri; acum eşti plin de alte gânduri. Când ai ven it aici pe deasupra ta pluteau anumiţi nori; când vei pleca de aici deasupra ta se vor afla alţi nori – şi tu te agăţi de fiecare dintre ei. Iar în final nu trebuie să te miri dacă nu vei obţine nimic; este normal să nu obţii nimic de la un nor – gândurile nu sunt altceva decât nişte nori.

Această sutra spune: *Simte* – mai întâi fii bine stabilit în simţire – apoi: *gândul meu*. Priveşte acel gând pe care l-ai denumit mereu ca fiind „al meu” – *gândul meu*. Dacă eşti fixat în simţire şi priveşti gândul, acest „al meu” dispare. Şi acest „meu” este trucul, deoarece din toate „meu” rile se dezvoltă „eu”-l – aceasta este a mea, acesta este al meu… Din toate aceste „meu”-ri apare „eu”-l.

Tehnica pleacă de la rădăcină. Gândul este rădăcina a tot. Dacă poţi tăia din rădăcină sentimentul de „meu”, acesta nu va mai apărea niciodată, nu îl vei mai vedea vreodată. Dar tu nu îl tai de acolo, îl tai mereu din altă parte şi acest lucru este fără de folos; el va apărea mereu şi mereu.

Însă mă pot amăgi. Pot spune: „Soţia mea? Nu, noi suntem nişte străini şi căsătoria nu este decât o formalitate socială”. Acum tai acest „al meu” şi spun: „Nimeni nu îmi este soţie” – dar este ceva foarte superficial. Atunci voi începe să susţin: „Religia mea” – sau: „Secta mea” – sau: „Aceasta este cartea mea religioasă: Biblia, Coranul – aceasta este cartea mea”. Astfel acest „meu” continuă să existe în alt câmp de acţiune şi tu vei rămâne neschimbat.

Gândul meu, şi apoi eul. Mai întâi priveşte traficul gândurilor, priveşte fluxul, procesul lor şi observă dacă îţi aparţine vreun gând. Şi dacă ai ajuns să simţi că niciun gând nu este al tău, dacă ai ajuns să simţi că este o iluzie să ataşezi „*al meu*” la vreun gând, atunci poţi merge mai departe; poţi pătrunde mai adânc. Apoi fii conştient de *eu*. Unde este acest „eu”?

Ramana Maharishi obişnuia să dea o anumită tehnică discipolilor săi, care constă dintr-o singură întrebare: „Cine sunt eu?” În Tibet se foloseşte o tehnică similară, dar care este mai bună decât cea a lui Rămână. Ei nu întrebă: „Cine sunt eu? – ci: „Unde sunt eu?” – Deoarece acest „cine” poate crea o problemă. Atunci când întrebi: „Cine sunt eu?” – iei drept real faptul că exişti; aici singura întrebare este să afli cine eşti. Acum ai presupus că exişti şi acest lucru nu mai poate fi contestat. Singura întrebare este *cine* eşti.

Acum trebuie cunoscută doar identitatea ta, trebuie recunoscută faţa pe care o ai, dar aceasta există deja – chiar dacă este nerecunoscută, ea există.

Metoda tibetană este însă mai profundă. Ei spun să fii tăcut şi apoi să cauţi în interior *unde* te afli *tu*. Pătrunde înăuntru, mergi în fiecare colţişor interior şi întreabă: „Unde sunt eu?” Nu te vei găsi nicăieri. Şi cu cât cauţi mai mult cu atât nu vei găsi mai nimic. Întrebând mereu „cine sunt eu” sau „unde sunt eu”, vei ajunge la un punct unde exişti doar tu, dar acolo nu este niciun „eu” – ţi-ai găsit pura existenţă. Însă aceasta va apărea doar când gândurile nu mai sunt ale tale. Acesta este un tărâm mai profund – eul.

Folosim mereu cuvântul „eu” – este cel mai folosit cuvânt – dar el nu este deloc simţit. Ce vrei să spui prin „eu”? Ce vrei să spui atunci când îl foloseşti? Care este sensul şi ce sugerează el? Ce exprimă? Eu pot să fac un gest să îmi arăt corpul şi să afirm: „Mă refer la aceasta”. Apoi tu poţi întreba: „Adică mâna ta? Piciorul? Sau stomacul tău?” Voi nega toate acestea. Astfel, întregul corp va fi negat. Deci ce vrei să spui prin acest „eu”? Vrei să

spui capul tău? Adânc înăuntru, ori de câte ori spui „eu”, acesta este de fapt un foarte vag sentiment al gândurilor tale.

Fiind bine stabilit în simţire şi departe de gânduri, simte acest eu şi observă că nu există. El a fost doar un cuvânt foarte folosit, un simbol lingvistic – necesar, dar nu şi real. Chiar şi un buddha trebuie să-l folosească, chiar şi după iluminare. Însă este doar ceva lingvistic. Dar când un buddha spune „eu”, el nu înţelege prin acesta chiar „eu”, deoarece acolo nu mai este nimeni.

Când vei ajunge în faţa sa, eul va dispărea. În acel moment te poate cuprinde frica. Când pătrund adânc în aceste tehnici, mulţi se sperie şi renunţă.

Deci ţine minte: când simţi şi stai în faţa eului, vei fi în aceeaşi situaţie ca şi atunci când te vei afla în faţa morţii – va fi la fel deoarece „eu”-l dispare şi vei simţi apariţia morţii. Vei avea o senzaţie de cufundare, vei cădea şi cădea şi cădea. Iar dacă îţi va fi frică vei ieşi şi te vei agăţa iarăşi de gânduri, deoarece acestea te vor ajuta. Norii se vor afla acolo, iar pentru a dispărea frica nu trebuie să faci altceva decât să te agăţi de ei.

Ţine minte: frica este un semn foarte bun. Arată că pătrunzi adânc şi moartea este punctul cel mai adânc. Dacă poţi pătrunde în moarte, vei deveni nemuritor. Atunci moartea se va afla peste tot în jur, dar niciodată în centru; ea va fi doar la periferie. Când eul dispare, vei fi la fel ca moartea. Vechiul nu mai există şi a luat fiinţă noul.

Conştiinţa este absolut nouă, tânără, necontaminată, virgină. Vechiul nu mai persistă. Eul a dispărut şi acum te afli în virginitatea ta neprihănită, în prospeţimea ta absolută. A fost atins stratul cel mai profund al fiinţei.

Deci, gândeşte-te în acest mod: gândurile, apoi mai jos de ele se află eul, şi apoi – *Simte*: *gândul meu*, *eul*, *organele interne* – *pe mine*.

Când gândurile au dispărut sau când nu te mai agăţi de ele – când nu te mai interesează nimic despre ele, dacă eşti detaşat şi nu te mai identifici, apoi eul dispare – atunci poţi privi organele interne. Organele interne… Acesta este

unul din cele mai profunde lucruri. Noi cunoaştem organele externe: cu mâna te ating, cu ochii te văd – şi ele rămân externe.

Organele interne sunt acelea prin care îmi simt propria fiinţă. Exteriorul este pentru alţii – eu ştiu câte ceva despre tine prin exterior. Dar cum cunosc ceva despre mine? Cum de pot lua cunoştinţa de acest „eu sunt”? Cine îmi dă senzaţia propriei fiinţe? Organele interne. Când gândurile s-au oprit şi eul nu mai există, doar atunci, în acea puritate şi claritate, poţi vedea aceste organe interne.

Conştiinţa, inteligenţa – acestea sunt organele interne. Prin ele sunt conştient de fiinţa, de existenţa mea. De aceea, atunci când închizi ochii poţi uita de restul corpului, dar sentimentul că „tu eşti” va persista. Şi este normal ca atunci când moare cineva. Acesta este un fapt – că atunci când o persoană moare, pentru noi el este mort, dar lui îi va trebui ceva timp ca să recunoască faptul că este mort – şi aceasta pentru că sentimentul interior de existenţă rămâne acelaşi.

În Tibet există exerciţii speciale care să pregătească fiinţele pentru această trecere, care este moartea. Învăţaţii spun că omul trebuie să fie pregătit pentru a muri. Unul din exerciţii este următorul: când cineva este pe moarte, preotul sau maestrul care cunoaşte exerciţiile bardo, îi va repeta în permanenţă muribundului: „Ţine minte şi fii atent, deoarece acum eşti pe cale de a-ţi părăsi corpul”. Chiar şi atunci când ţi-ai părăsit deja corpul fizic îţi va lua ceva timp pentru a realiza că ai murit.

Prin corpul fizic îi simţi şi cunoşti pe ceilalţi. Tu nu te-ai atins niciodată pe tine prin el, nu te-ai cunoscut prin el. Te cunoşti doar prin organele interne. Aici există întreaga noastră suferinţă – nu suntem conştienţi de aceste organe interne şi propria noastră imagine este creată de alţii. Orice spune altcineva constituie cunoaşterea pe care o are despre mine. Dacă cineva spune că sunt frumos, îl voi crede. Ceea ce simţurile îmi transmit, ceea ce ele reflectă de la ceilalţi constituie cunoaşterea mea despre mine.

Dacă poţi recunoaşte aceste organe interne vei fi eliberat complet de societate. Iată ceea ce se înţelege atunci când scripturile spun că un sannyasin nu face parte din societate, deoarece acum el se cunoaşte pe sine prin propriile sale organe interne. Acum cunoaştere să nu este bazată pe informaţiile provenite de la alţii, acesta nu mai este un lucru reflectat.

Sannyasinul nu are nevoie de nicio oglindă pentru a se cunoaşte. El a găsit oglinda interioară şi cunoaşte totul prin ea.

Iar realitatea interioară nu poate fi cunoscută decât atunci când ai ajuns la aceste organe interne.

Organele interne... Atunci vei putea privi prin ele. Şi apoi – pe m*ine*. *Est*e dificil de exprimat în cuvinte. De aceea este folosit cuvântul „mine”: orice alt cuvânt este greşit – chiar şi „mine”, dar cel puţin a dispărut „eu”-l.

Aşadar ţine minte: acest „mine” nu are nimic de a face cu „eu”. Când gândurile sunt dezrădăcinate, când eul a dispărut, când sunt cunoscute organele interne, atunci apare acest „mine”. Pentru prima dată îmi este dezvăluită fiinţa mea reală – această fiinţă reală este numită „mine”.

Lumea exterioară nu mai există, gândurile nu mai există, sentimentul ego-ului a dispărut şi, apoi, am ajuns să îmi cunosc propriile organe de cunoaştere, inteligenţa şi conştiinţa – sau cum vrei să le denumeşti – conştientizare, atenţie, iar în lumina acelui organ intern este dezvăluit „*mine*”-le.

Acest „mine” nu îţi aparţine, ci este centrul tău cel mai interior, el este necunoscut de tine. Acest „mine” nu este ego-ul. El nu este împotriva ta. Este cosmic, nu are limite. În „mine” este implicat totul. *Mine-le* nu este valul, ci oceanul.

Simte: *gândul meu*, *eul*, *organele interne* – *pe mine*. După o pauză, brusc, ţi se dezvăluie „mine”-le. Şi atunci ajungi să cunoşti: *Aham Brahamasini* – Brahman, Absolutul. Dar această cunoaştere nu este a ego-ului, deoarece el nu se mai află acolo. Te poţi transforma prin această tehnică, dar mai întâi dezvoltă-ţi bine simţirea.

83. Cum aş putea spune „eu sunt” înainte de a dori şi a cunoaşte? Ia în considerare aceasta. Dizolvă-te în frumuseţe.

Cum aş putea spune „eu sunt” înainte de a dori şi a cunoaşte? Apare o dorinţă: odată cu aceasta apare imediat şi sentimentul „eu sunt”; Apare un gând: odată cu el îşi face apariţia şi „eu sunt”. Observă în propria experienţă.

Înainte de dorinţă şi cunoaştere nu există niciun ego.

Stai liniştit şi priveşte în interior. Apare un gând: te identifici cu acest gând. Cum apare dorinţa, cum te identifici cu ea. Iar în acea identificare tu devii ego-ul. Dar gândeşte-te: când nu există nicio dorinţă sau cunoaştere sau gând – nu te poţi identifica cu nimic. Ego-ul nu mai poate apărea.

Buddha a folosit această tehnică şi le spunea discipolilor săi să nu facă decât un singur lucru: când apare un gând să îl noteze. Doar trebuie să îl notezi în interior. Observă, notează totul în interior: când apar, dar şi când dispar gândurile. Este îndeajuns să ţii minte când apar şi când dispar – astfel nu te mai poţi identifica cu ele.

Tehnica este foarte frumoasă şi totodată foarte uşoară. Îţi apare o dorinţă: mergi pe stradă şi vezi o maşină – nici nu apuci bine să o priveşti că a şi apărut dorinţa de a o avea. Însă poţi face următorul lucru: verbalizează; spune-ţi în şoaptă: „Am văzut o maşină. Este minunată.

Acum a apărut dorinţa de a o avea”. Doar verbalizează. La început este bine să faci doar acest lucru: „Observ că o maşină a trecut pe lângă mine, iar mintea a spus că este minunată şi doreşte să o posede”. Verbalizează totul, vorbeşte tare sau în şoaptă şi vei simţi imediat că tu eşti diferit de aceste dorinţe.

Când observarea a devenit eficientă, nu mai este nevoie să vorbeşti. Acum poţi nota totul în interior. Trece pe lângă tine o femeie şi simţi cum apare dorinţa: noteaz-o – ca şi cum nici nu te-ar preocupa, doar notezi un fapt care se întâmplă – şi atunci brusc vei ieşi din acest cerc vicios.

Buddha spune să notezi orice se întâmplă. Continuă

să notezi totul: chiar şi când a dispărut dorinţa – astfel vei simţi că există o distanţă între tine şi acea dorinţă sau gând.

Tehnica spune: *Cum aş putea spune „eu sunt" înainte de a dori şi a cunoaşte*?

Şi dacă acolo nu există nicio dorinţă şi niciun gând, cum poţi spune „eu sunt"? Cum pot spune eu că sunt? Atunci totul este liniştit, acolo nu mai există nici măcar o mică unduire. Şi fără niciun fel de unduire, cum aş putea crea această iluzie a „eu"-lui? Dar imediat ce apare unduirea, mă pot ataşa de ea şi prin aceasta pot simţi „eu sunt". Când în conştiinţă nu există nicio unduire, acolo nu există niciun „eu".

Deci, înainte de dorinţă, ţine minte; când a apărut, de asemenea, ţine minte; iar când dispare, ţine minte. Cum apare gândul, ţine minte. Priveşte-l. Doar notează faptul că a apărut. Mai devreme sau mai târziu va dispărea, deoarece totul este momentan, şi va apărea o pauză. Între două gânduri există un hiatus, între două dorinţe există o pauză în care nu există niciun fel de „eu".

Notează un gând care apare şi vei simţi că acolo există un interval. Oricât de mic ar fi, intervalul există. După acela urmează alt gând şi apoi alt interval. În aceste intervale nu există niciun „eu" – şi aceste intervale sunt chiar fiinţa ta reală. Gândurile se mişcă pe cerul minţii. În acele intervale poţi privi spre cer, atunci poţi privi printre nori şi acolo vei vedea cerul.

Cum aş putea spune „eu sunt" înainte de a dori şi a cunoaşte? *Ia în considerare aceasta*. *Dizolvă-te în frumuseţe*.

Iar când poţi lua în considerare apariţia şi dispariţia unui gând, privind acea pauză, iar dorinţa nu te-a tulburat… A venit, a plecat. A fost acolo, acum nu mai este – tu ai rămas netulburat, ai rămas la fel cum erai înainte să apară.

În tine nu s-a petrecut nicio schimbare. A venit şi a plecat precum o umbră. Nici măcar nu te-a atins.

Ia în considerare această dorinţă sau gând; dar

priveşte şi nemişcarea. *Consideră. Dizolvă-te în frumuseţe*. Acel interval este minunat. Dizolvă-te în acel interval. Cufundă-te în acel hiatus şi devino hiatus.

Aceasta este cea mai profundă experienţă a frumuseţii. Şi nu numai a frumuseţii, ci şi a binelui şi adevărului. În acea pauză tu eşti.

Accentul este pus pe faptul de a trece de la spaţiile umplute la cele goale. Citeşti o carte: acolo există cuvinte, fraze, dar între acele cuvinte sau fraze există nişte pauze. În acele pauze tu eşti. Tu eşti albul foii, iar punctele negre de pe pagină nu sunt altceva decât dorinţele şi gândurile care se mişcă în permanenţă. Schimbă accentul. Nu privi punctele negre, ci uită-te la spaţiul alb.

În fiinţa ta interioară priveşte pauzele existente acolo. Fii indiferent faţă de spaţiile umplute, faţă de cele ocupate. Trebuie să te intereseze pauzele, intervalele. Prin acele intervale te poţi dizolva în frumuseţea ultimă şi sublimă a fiinţei.

56. DESCOPERIND VACUITATEA

31.V.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Cum se poate învăţa să trăieşti cu vacuitatea?

2. Cum este posibilă transformarea existenţială a unui ego non-existenţial?

3. Procesul transformării este tot un vis?

4. Cum se poate cunoaşte dacă este reală căutarea spirituală?

A

1. În meditaţie, atunci când „eu”-l dispare temporar şi în interior este creată o vacuitate, după aceasta este simţită frustrarea în clipa în care vacuitatea nu este umplută de intrarea în necunoscut. Cum se poate învăţa să trăieşti cu această vacuitate?

Vacuitatea este necunoscutul. Nu spera şi nu aştepta ca ceva să umple această goliciune. Dacă o faci, atunci nu eşti gol. Când aştepţi ca ceva, o forţă sau altceva să apară în tine, atunci nu eşti gol – dorinţa, speranţa încă există. Deci nu aştepta, nu dori să te umple ceva. Fii pur şi simplu

gol. Nici măcar nu aştepta.

Goliciunea este necunoscutul. Necunoscutul ţi-a apărut doar când eşti cu adevărat gol. Nu este vorba ca mai întâi să devii gol şi apoi să intre necunoscutul. Eşti gol şi necunoscutul deja şi-a făcut apariţia. Acolo nu există nici măcar o pauză. Goliciunea şi necunoscutul sunt una.

La început îţi apare doar ca goliciune, însă este doar o aparenţă, deoarece tu ai fost mereu umplut de ego. Acum simţi absenţa ego-ului şi de aceea te simţi gol. Mai întâi dispare ego-ul – iar acest sentiment creează simţământul goliciunii. Doar absenţa… ceva a fost acolo şi acum nu mai este. Ego-ul a dispărut, dar totuşi este simţită această absenţă a ego-ului. Mai întâi dispare ego-ul şi apoi absenţa ego-ului va dispărea şi ea. Doar atunci vei fi cu adevărat gol. Şi a fi cu adevărat gol înseamnă a fi cu adevărat plin.

Acest spaţiu interior care este creat de absenţa ego-ului este divinul. Divinul nu trebuie să vină din altă parte: tu eşti deja acesta.

Dar pentru că eşti plin de ego nu îl poţi realiza, nu îl poţi vedea, nu îl poţi atinge. O barieră ceţoasă a ego-ului te împiedică să vezi asta.

Când ego-ul a dispărut, atunci şi bariera va dispărea. Cortina nu mai există. Nu mai este nimic de venit; tot ce putea să apară este deja acolo. Ţine minte: nimic nou nu va veni la tine. Orice altă potenţialitate se află deja acolo, este deja actuală. Deci întrebarea nu este de a atinge ceva, ci de a descoperi. Comoara există, dar este acoperită – trebuie să o dezgropi.

Când s-a realizat, Buddha a fost întrebat de multe ori: „Ce ai câştigat? Ce ai atins?”

El răspundea: „Nu am atins nimic. Dimpotrivă, m-am pierdut pe mine. Şi ceea ce am atins era deja acolo, deci nu pot spune că am atins ceva. Eu eram inconştient de asta, iar acum sunt conştient. Dar nu pot spune că am atins ceva. Acum mă mir cum de era posibil să nu fi cunoscut înainte acelaşi lucru. Şi acel lucru se afla întotdeauna acolo după colţ – trebuia doar să mă întorc

puţin spre el”.

Divinitatea nu este un viitor, divinitatea ta este prezentul. Este prezentă aici şi acum. Tu eşti acel lucru, în chiar acest moment – inconştient, fără să te uiţi spre el, fără să fii îndreptat spre direcţia potrivită.

Închipuie-ţi un radio: chiar acum undele trec pe lângă tine, dar dacă radioul nu este acordat pe frecvenţa unei anumite unde, aceasta este nemanifestată. Acordezi radioul şi aceasta se manifestă. Este nevoie de o acordare. Meditaţia este o acordare. Atunci când tu te acordezi, ceea ce este nemanifestat devine manifestat.

Dar ţine minte: nu dori, deoarece dorinţa nu îţi permite să fii gol. Şi dacă nu eşti gol nimic nu este posibil, deoarece acolo nu există niciun spaţiu şi natura ta nemanifestată nu poate fi dezvăluită. Ea are nevoie de spaţiu pentru a se dezvălui. Şi nu întreba cum poţi trăi cu vacuitatea. Aceasta nu este întrebarea reală. Doar fii gol. Problema este că încă nu eşti gol.

Odată ce cunoşti ce este vacuitatea, o vei iubi. Este extatică. Aceasta este cea mai frumoasă experienţă posibilă pentru minte, pentru om, pentru conştiinţă. Atunci nu vei mai întreba cum să trăieşti cu vacuitatea. Acum întrebi ca şi cum goliciunea ar fi o suferinţă. Însă doar ego-ul este cel care o vede astfel. Lui îi este mereu frică şi este normal să întrebi cum să trăieşti cu ea – pare un inamic.

Vacuitatea este centrul tău cel mai interior. Întreaga ta activitate se află la periferie; centrul cel mai interior este doar un vid. Tot ceea ce se manifestă este la periferie; miezul cel mai adânc al fiinţei tale este vacuumul nemanifestat. Buddha l-a numit pe acesta – *shunyata*. Adică nimicul sau goliciunea. Aceea este natura, fiinţa ta şi din acest nimic apare totul şi în acest nimic dispare totul.

Goliciunea este sursa. Nu întreba cum să o umpli pentru că ori de câte ori întrebi acest lucru, vei crea ego-ul – el este efortul făcut pentru a umple goliciunea. Şi chiar această dorinţă prin care aştepţi ca să îţi apară ceva – divinitatea sau o putere divină sau o energie nemaiîntâlnită – este din nou tot un gând. Orice poţi gândi

despre Dumnezeu nu este Dumnezeu; este doar un simplu gând.

Când spui ceva despre necunoscut, deja l-ai făcut să fie cunoscut. Ce cunoşti despre necunoscut? Chiar dacă spui că este necunoscut deja ai cunoscut o calitate a sa – calitatea de a fi necunoscut. Mintea nu poate concepe nimic despre necunoscut. Chiar şi necunoscutul devine cunoscut şi orice spune mintea asta nu va fi decât un proces al gândirii, este doar o verbalizare.

Dumnezeu nu este cuvântul „dumnezeu”. Gândul despre Dumnezeu nu este Dumnezeu. Şi doar atunci când acolo nu mai există niciun gând poţi simţi şi realiza ceea ce este cu adevărat el. Nimic altceva nu se poate spune despre el. Se poate doar indica, iar toate indicaţiile sunt greşite, deoarece ele sunt indirecte.

Se poate spune doar un singur lucru: atunci când nu eşti... Şi tu nu eşti decât atunci când acolo nu există nicio dorinţă – deoarece tu exişti cu dorinţele. Dorinţa este hrana prin care exişti. Ea este combustibilul. Când în tine nu se mai află nicio dorinţă, niciun viitor şi când tu nu mai eşti, acea goliciune devine plinătatea existenţei. În acea goliciune îţi este dezvăluită întreaga existenţă. Tu devii Existenţa.

Deci nu întreba cum să trăieşti cu goliciunea. Mai întâi fii gol. Nu este nicio nevoie să întrebi cum să trăieşti cu ea. Aceasta este atât de beatifică – este cea mai profundă beatitudine. Când însă întrebi cum să trăieşti cu vacuitatea, de fapt întrebi cum să trăieşti cu tine însuţi. Dar tu nu te-ai cunoscut. Pătrunde din ce în ce mai mult în interior.

În meditaţie simţi uneori un fel de goliciune care nu este de fapt vacuitatea. Eu o denumesc un fel de goliciune. Când meditezi, pentru câteva momente, pentru anumite secunde simţi că procesul gândirii s-a oprit. La început vei simţi aceste pauze. Dar acesta nu este decât un alt proces al gândirii – mai subtil. Ce faci acum? Îţi spui în interior: „Procesul gândirii a încetat”. Ce înseamnă acest lucru? Doar începutul unui alt proces în care spui:

„Aceasta este goliciunea. Acum o să se întâmple ceva”. Însă nu ai făcut altceva decât să porneşti un al doilea proces al gândirii.

Când se mai întâmplă acest lucru, nu deveni o victimă a procesului respectiv. Când simţi că acolo se aşterne o anumită tăcere nu începe să o verbalizezi, deoarece atunci o distrugi. Aşteaptă – nu pentru ceva anume – ci doar aşteaptă. Nu face nimic. Nu spune: „Aceasta este vacuitatea. În momentul în care ai verbalizat, deja ai distrus-o. Doar priveşte-o, pătrunde în ea, întâlneşte-o, dar aşteaptă – nu o verbaliza. Te grăbeşte ceva?

Prin verbalizare, mintea a pătruns din nou acolo, dar pe o rută diferită – astfel te amăgeşti din nou. Fii foarte atent la acest truc al minţii.

La început se va întâmpla acest lucru, dar ori de câte ori se întâmplă, aşteaptă. Nu cădea în capcană. Nu spune nimic – rămâi tăcut. Apoi vei intra în ea şi nu va mai fi doar ceva temporar, deoarece odată ce ai cunoscut adevărata goliciune nu o mai poţi pierde. Realul nu poate fi pierdut – aceasta este calitatea sa.

Odată ce ai cunoscut comoara interioară, odată ce ai venit în contact cu miezul cel mai interior, atunci vei putea să te afli în activitate, vei putea să faci orice vrei, vei putea să duci o viaţă foarte banală şi lumească, dar goliciunea va rămâne cu tine. Nu o poţi uita. Ea va pătrunde înăuntru. Vei auzi muzica ei. Orice vei face aceasta, va rămâne la periferie; însă înăuntru vei rămâne gol.

Şi dacă poţi rămâne gol în interior şi să acţionezi doar la periferie, atunci orice vei face va fi divin, orice acţiune a ta va avea calitatea divinului, deoarece ea nu mai vine din tine. Acum ceea ce faci vine direct din sursa vacuităţii, din nimicul originar. Dacă vei vorbi, acele cuvinte nu vor fi ale tale. Iată ce spune Mahomed în Coran: „Coranul nu este scris de mine. El a venit la mine ca şi cum altcineva ar fi vorbit prin fiinţa mea”. Acesta a apărut din vacuitatea interioară. Acelaşi lucru îl spun şi hinduşii: „Vedele nu sunt scrise de un om, nu sunt documente

umane, ci divine; Dumnezeu însuşi le-a spus”.

Dar toate acestea sunt nişte căi simbolice prin care se arată un lucru foarte misterios. Iată misterul: când eşti profund gol, orice faci sau spui nu vine de la tine – deoarece tu nu mai exişti. Acum totul izvorăşte din goliciune. Vine din cea mai adâncă sursă a existenţei. Vine din aceeaşi sursă din care a apărut întreaga Existenţă. Atunci ai pătruns în pântec, în chiar pântecul

Existenţei. Cuvintele tale nu mai sunt ale tale şi nici acţiunile. Este ca şi cum vei fi devenit un instrument – un instrument al întregului.

Dacă goliciunea este simţită doar pentru un moment şi apoi dispare precum un fulger, atunci nu este reală. Şi dacă începi să te gândeşti la ea, atunci chiar şi acel ireal este pierdut. Îţi trebuie mult curaj pentru ca în acel moment să nu mai gândeşti. Acesta este cel mai mare control pe care îl cunosc. Când mintea devine tăcută şi tu eşti gol, îţi va trebui mult curaj pentru a nu mai gândi, deoarece atunci întregul trecut al minţii va răbufni. Întregul mecanism va spune: „Gândeşte!”

Memoriile trecute te vor forţa să gândeşti în moduri subtile şi indirecte – /V

Iar dacă faci acest lucru, atunci ai decăzut. Însă dacă poţi rămâne tăcut în acel moment, dacă nu eşti tentat de mecanismul memoriei şi al minţii… Chiar acesta este Satana – propria ta minte este cea care te ispiteşte. Atunci când devii gol, mintea te ispiteşte şi creează ceva la care să te gândeşti – iar în clipa în care ai făcut-o, te-ai întors înapoi.

Când Bodhidharma, un mare maestru, a ajuns în China, s-au adunat în jurul său mulţi discipoli. El a fost primul maestru zen. Unul din discipoli, care avea să devină cel mai mare discipol al său, a venit şi a spus: „Acum am devenit complet gol”.

Bodhidharma i-a tras o palmă şi i-a spus: „Aruncă imediat şi această goliciune! Acum eşti plin de goliciune – arunc-o şi pe aceasta. Doar atunci vei fi cu adevărat gol”.

Înţelegi? Tu poţi fi plin de ideea goliciunii. Atunci

aceasta te va umbri, va deveni un nor. El a spus: „Aruncă chiar şi această goliciune şi apoi vino la mine”. Dacă spui că eşti gol, tu nu eşti gol. Cuvântul „goliciune” a devenit important şi tu eşti plin de el. Acelaşi lucru îţi spun şi ţie: aruncă şi această goliciune.

2. Ai vorbit despre transformarea minţii umane, despre transformarea subconştientului în supraconştient şi ai spus că spiritualitatea este o experimentare existenţială. Dar noaptea trecută ai afirmat că ego-ul este o entitate falsă, fără substanţă şi realitate.

A

Înseamnă cumva că toată experimentarea spirituală este o transformare existenţială a unui ego care este non-existenţial?

Nu. Transformarea spirituală nu este transformarea ego-ului, ci dizolvarea sa. Tu nu vei transforma ego-ul, pentru că oricât de transformat ar fi, acesta va rămâne tot un ego. Poate deveni mai elevat, mai rafinat, mai cultivat, dar va fi tot un ego. Şi cu cât devine mai cultivat, cu atât va fi mai otrăvitor. Cu cât va fi mai subtil, cu atât te vei afla mai mult în mrejele sale, deoarece nu vei fi capabil să fii conştient de el. Nu eşti conştient nici măcar de un ego grosier. Când acesta va deveni subtil, nu vei mai avea nicio posibilitate să fii conştient de el.

Există multe căi prin care poţi rafina ego-ul, dar astfel de căi nu aparţin spiritualităţii. Moralitatea se află în metodele care fac ego-ul mai rafinat. Moralitatea există în respectabilitate. Spunem unei persoane: „Nu face cutare lucru. Dacă îl faci, atunci nu vei mai fi respectat. Ce vor spune oamenii despre tine? Îţi va dispărea onoarea. Însă dacă faci ceea ce îţi spune, atunci toţi te vor respecta şi onora”.

Întreaga moralitate este bazată pe ego, pe un ego foarte subtil. Religia nu este o transformare a ego-ului, ci o transcendere a sa. Pur şi simplu îl părăseşti. Şi nu trebuie să faci acest lucru pentru că ego-ul reprezintă ceva greşit. Ţine bine minte această distincţie. Moralitatea spune mereu: „Renunţă la ceea ce este rău şi fă doar ceea ce este

bun”. Însă religia spune: „Părăseşte ceea ce este fals” – nu greşit, ci fals – „părăseşte irealul şi pătrunde în real”. În spiritualitate valoarea o reprezintă adevărul şi nu binele, deoarece binele în sine poate fi fals şi într-o lume falsă noi avem nevoie de un bine fals pe care să-l confruntăm cu un rău fals.

Spiritualitatea nu este o transformare a ego-ului, ci o transcendere a sa. Tu depăşeşti ego-ul. Şi această transcendere este de fapt o trezire – o profundă atenţie prin care vezi dacă ego-ul există sau nu. Dacă există, dacă este o parte reală a fiinţei tale, atunci nu poţi să îl depăşeşti. Transcenderea lui este posibilă doar când este fals. Dintr-un vis te poţi trezi, dintr-o realitate nu te poţi trezi? Poţi transcende un vis, însă nu poţi transcende realitatea.

Ego-ul este o entitate falsă. Ce înţelegem când spunem că este o entitate falsă? Faptul că există doar pentru că încă nu l-ai întâlnit. Dacă îl întâlneşti, el nu va mai exista. Există în ignoranţa ta; el se află acolo doar pentru că tu nu eşti conştient. Imediat ce devii conştient, nu va mai fi acolo. Dacă o entitate dispare doar prin conştientizare, înseamnă că aceasta nu era reală. În conştientizare apare realul şi dispare falsul.

Şi, de fapt, nu se poate spune nici măcar acest lucru – să părăseşti ego-ul – deoarece aceasta te pune în situaţia în care să înţelegi că ego-ul este ceva pe care îl poţi părăsi. Poţi începe chiar să te lupţi cu ego-ul. Dar întregul efort va fi absurd. Nu poţi renunţa la el, deoarece numai ceva real poate fi eliminat. Nu poţi lupta cu el. Cum ai putea lupta cu o fantomă? Iar dacă totuşi o faci, ţine minte: vei pierde. Şi nu pentru că umbra ar fi puternică, ci doar pentru că aceasta nu există şi nu ai ce învinge. Vei fi învins de propria ta prostie.

Luptă cu o umbră şi vei vedea că nu o poţi învinge – este o certitudine – vei fi învins. Vei pierde lupta, îţi vei risipi energia – iată o altă certitudine. De fapt, lupţi cu tine însuţi şi îţi iroseşti energia. Apoi, te vei extenua şi vei cădea. Atunci vei gândi că umbra a câştigat şi că tu eşti

învins – iar acolo nu a existat niciun fel de umbră. Luptă cu ego-ul şi vei fi înfrânt. Mai bine pătrunde în interior şi vezi unde se află el.

Am auzit că împăratul Chinei l-a întrebat pe Bodhidharma: „Mintea îmi este foarte agitată. Mă aflu în permanenţă într-un conflict interior. Te rog, oferă-mi o tehnică secretă prin care să pot pătrunde în tăcerea interioară”.

Bodhidharma i-a răspuns: „Vino mâine la ora patru dimineaţa. Dar ţine minte: să aduci cu tine şi mintea aceea agitată. Să nu o laşi acasă”.

Împăratul a devenit confuz şi a început să creadă că acest om este nebun – ce putea el înţelege prin vorbele acestuia: „Să aduci mintea cu tine, altminteri nu am pe cine să fac să tacă. O voi face eu să fie tăcută, doar adu-o cu tine! Să nu o laşi acasă. Să nu uiţi să o aduci cu tine”.

Împăratul a plecat mai tulburat ca oricând. Până atunci crezuse că acel om era un sfânt, un înţelept care putea să îi ofere o metodă prin care să nu mai fie agitat, dar cuvintele sale se dovedeau a fi doar nişte prostii – cum ar putea să îşi lase cineva mintea acasă? Nici măcar nu a mai putut d ormi. Ochii lui Bodhidharma şi felul în care îl privise… era hipnotizat. Parcă era atras de un magnet. Nu a dormit toată noaptea.

Dimineaţa s-a trezit, dar nu voia să mai plece la Bodhidharma, deoarece părea un om nebun; şi la ora aceea matinală cine ştie ce îi putea face. Dar totuşi a plecat. Primul lucru pe care Bodhidharma i-a spus… El stătea în faţa colibei cu un băţ în mână şi a spus: „Bun. Deci ai venit. Dar unde este acea minte agitată despre care mi-ai vorbit? Ai adus-o? Hai arată-mi-o, acum sunt pregătit să o reduc la tăcere”.

Împăratul a răspuns: „Ce tot spui? Cum ar putea cineva să îşi uite mintea undeva? Ea este mereu prezentă”.

„Unde? Unde este? Arată-mi-o şi o potolesc eu imediat, după care vei putea pleca liniştit” – a spus Bodhidharma.

„Dar ea nu este ceva obiectiv. Nu pot să ţi-o arăt, nu

am cum. Ea se află înăuntrul meu”.

Atunci Bodhidharma i-a spus: „Bine, atunci închide ochii şi caut-o, vezi unde se află ea. Şi în momentul în care o conştientizezi să deschizi ochii şi să îmi spui unde este şi atunci o să o potolesc imediat”.

Împăratul a închis ochii şi a tot încercat să o găsească. Îi era teamă, deoarece Bodhidharma stătea lângă el învârtind ameninţător băţul – oricând putea să îl lovească. A încercat şi încercat şi încercat. A căutat peste tot, a căutat în fiecare colţ al fiinţei sale – unde se afla acea minte agitată? Cu cât căuta mai mult, cu atât mai mult realiza că neliniştea a dispărut. Cu cât încerca mai mult s-o găsească… a fost o umbră, acolo nu mai exista nimic.

După două ore, împăratul încă se afla în meditaţie. Faţa îi devenise tăcută, devenise ca o statuie a unui buddha. Imediat cum soarele a început să răsară Bodhidharma i-a spus: „Acum deschide ochii. Este îndeajuns. Două ore sunt mai mult decât suficiente. Crezi că îmi poţi spune unde se află ea?”

Împăratul a deschis ochii. Era extrem de tăcut, şi-a aplecat capul la picioarele lui Bodhidharma şi a spus: „Deja ai făcut-o să tacă”.

După aceea, împăratul Wu a scris în autobiografia sa: „Acest om este miraculos. Fără să facă nimic, totuşi a reuşit să îmi reducă mintea la tăcere. Şi nici eu nu am făcut nimic. Doar am pătruns înăuntru şi am încercat să văd unde se află mintea. Avea dreptate, mai întâi trebuia localizată. Şi doar prin acest efort de a o găsi, ea deja dispare”.

Nu vei găsi ego-ul. Dacă pătrunzi înăuntru şi îl cauţi, vei vedea că el nu a existat niciodată. Era doar un substituent fals. Ego-ul are o anumită utilitate – tocmai de aceea l-ai inventat. Datorită faptului că nu îţi cunoşti fiinţa reală, centrul real – iar fără un centru este dificil să funcţionezi – ai creat un centru fals, ai creat o ficţiune şi funcţionezi prin ea.

Centrul real este ascuns. Tu eşti cel care ai creat un centru fals; ego-ul este un substituent. Este dificil să existi

fără un centru. Pentru aceasta ai nevoie de un centru. Nu îţi cunoşti centrul real şi astfel mintea a creat un centru fals.

Mintea este foarte pricepută în crearea substituenţilor. Când nu poţi găsi realul, ea îţi va oferi mereu câte un substituent altminteri, ai înnebuni. Fără un centru înnebuneşti, te fragmentezi, te împrăştii – acolo nu va mai exista unitatea. Deci, mintea este cea care creează un centru fals.

Este la fel ca în vis. Visezi că îţi este sete. Dacă această sete pătrunde adânc în tine, somnul îţi va fi tulburat şi va trebui să te ridici să bei apă. Dar mintea va crea un substituent: un alt vis. Acum nu mai este nevoie să te ridici ca să bei apă – ci, visezi că bei apă. Mintea este cea care ţi-a oferit un substituent şi acum te simţi perfect. Însă setea reală nu a fost potolită, ci doar păcălită. Dar totuşi simţi că ai băut apă. Astfel vei putea să dormi în continuare, somnul nu îţi va fi tulburat absolut deloc.

În timpul nopţii, mintea îţi oferă mereu câte un substituent tocmai pentru a proteja somnul. Acelaşi lucru se întâmplă când eşti treaz. Mintea îţi oferă anumiţi substituenţi doar pentru a-ţi proteja sănătatea; altminteri vei fi fragmentat.

Însă până când nu este cunoscut centrul real, ego-ul trebuie să funcţioneze. Odată ce l-ai cunoscut, nu mai este nici o nevoie să visezi apa. Când vei avea apa reală, o vei putea bea. Meditaţia te conduce la centrul real. Şi odată ce s-a întâmplat acest lucru, utilitatea falsului dispare.

Dar trebuie ţinut bine minte faptul că ego-ul nu este centrul tău real. Doar atunci poţi începe să cauţi realul. Iar spiritualitatea nu reprezintă o transformare a acestui fals. Acesta nu poate fi transformat. Este ireal, nu există. Tu nu poţi face nimic în legătură cu el. Dacă eşti atent, dacă eşti conştient, dacă priveşti înăuntrul tău, el dispare. Este îndeajuns o scânteie a conştientizării şi el nu se mai află acolo. Spiritualitatea este o transcendere.

3. Din moment ce ego-ul este ireal, asta nu înseamnă că şi mintea inconştientă, acumularea memoriilor în

celulele creierului şi procesul transformării, care este subiectul central al spiritualităţii, sunt toate ireale, reprezintă un proces al visării?

Nu. Ego-ul este ireal; celulele creierului nu sunt ireale. Ego-ul este ireal; memoriile sunt reale. Ego-ul este ireal; procesul gândirii este real. Procesul gândirii reprezintă o realitate. Memoriile sunt reale, celulele creierului sunt şi ele reale, corpul tău este real. Corpul este real, la fel şi sufletul. Ele sunt două realităţi. Dar când sufletul se identifică cu trupul, atunci se formează ego-ul – aceasta este irealitatea.

Este la fel ca şi atunci când stau în faţa unei oglinzi: eu sunt real, oglinda este reală, dar nu şi reflecţia din oglindă. Eu şi oglinda suntem reali, dar reflecţia nu reprezintă o realitate. Celulele creierului sunt reale, conştiinţa este reală, dar atunci când conştiinţa se implică, se identifică, se ataşează de celulele creierului, se formează ego-ul. El este ireal.

Deci, atunci când te-ai trezit, când te-ai iluminat, memoriile nu vor dispărea. Memoria va persista. De fapt, aceasta va fi clară precum un cristal. Atunci ea va funcţiona mai bine, deoarece acolo nu vor mai exista influenţele ego-ului. Procesul gândirii nu va dispărea. Mai bine spus, atunci vei fi capabil pentru prima oară să gândeşti. Înainte doar împrumutai lucruri. Atunci vei gândi; dar tu vei fi stăpânul şi nu procesul gândirii.

Înainte, procesul gândirii era stăpânul. Nu puteai să faci nimic în privinţa sa. El făcea ce voia; tu erai doar o victimă. Voiai să dormi şi mintea continua să funcţioneze. Voiai să o opreşti, dar nu se oprea. De fapt, cu cât încercai mai mult, cu atât devenea mai încăpăţânată. Ea era stăpânul. După ce devii iluminat, ea va continua să fiinţeze, dar va fi doar un instrument. Când ai nevoie de ea, o poţi folosi. Când nu ai nevoie, aceasta nu îţi va întuneca conştiinţa. Atunci poate fi apelată şi poate fi oprită.

Celulele creierului vor fiinţa – corpul, memoria, procesul gândirii. Un singur lucru nu va mai supravieţui – sentimentul de „eu”. Este dificil de înţeles.

Buddha merge, mănâncă, doarme, îşi aminteşte. El are memorie, celulele creierului său funcţionează minunat. Dar Buddha a spus: „Eu merg, dar nimeni nu merge în mine. Eu vorbesc, dar nimeni nu vorbeşte în mine. Eu mănânc, dar nimeni nu mănâncă în mine”. Conştiinţa interioară nu mai este ego-ul. Deci, când Buddha simte foamea, el poate simţi la fel ca tine. Tu simţi: „Mie îmi este foame”. Însă Buddha simte: „Corpului îi este foame. Eu sunt doar cunoscătorul”. Şi acest cunoscător nu are niciun sentiment al eului. Ego-ul este entitatea falsă, singura entitate falsă – totul este real. Două realităţi se pot întâlni şi în întâlnirea lor poate fi creat un al treilea epifenomen. Când două realităţi se întâlnesc, acolo poate apărea ceva fals. Dar falsul nu poate apărea decât în preajma conştiinţei. Când ea nu se mai află acolo, falsul nu mai poate apărea. Oxigenul şi hidrogenul se întâlnesc: din contopirea lor nu poate apărea o apă falsă. Falsul poate apărea doar când eşti mental, deoarece doar mentalul poate greşi. Materia nu poate greşi, ea nu poate fi falsă. Materia este întotdeauna adevărată. Materia nu poate păcăli şi nu poate fi păcălită – doar mentalul poate fi. Prin mental este posibil să greşeşti.

Ţine minte un alt lucru: materia este întotdeauna reală, niciodată falsă, dar nici nu poate cunoaşte vreodată adevărul. Dacă nu poţi greşi, nu poţi cunoaşte nici ce este adevărul. Ambele posibilităţi se deschid simultan.

Mentalul uman poate greşi şi poate cunoaşte că a greşit şi, de asemenea, poate să se îndepărteze de la acea greşeală. Tocmai aceasta este frumuseţea ei. Pericolul există – şi acesta este menit să existe.

Odată cu fiecare evoluţie apar noi pericole. Însă pentru materie nu există niciun fel de pericol.

Priveşte totul în modul următor: când în existenţă evoluează un lucru nou, acolo apar şi noi pericole odată cu acela. Pentru o piatră nu există niciun pericol. Apoi sunt microorganismele… Amoebele nu au sex, ci doar îşi divid corpurile. După ce creşte şi ajunge la o anumită dezvoltare, corpul ei se divide automat în două.

Unele bacterii pot trăi foarte mult; datorită faptului că nu există propriu-zis naştere, nu va exista nicio moarte. Odată cu sexul apare şi naşterea; odată cu naşterea apare moartea; prin naştere ia fiinţă individualitatea şi prin aceasta ego-ul.

Fiecare evoluţie îşi are propriile sale pericole – dar sunt minunate. Dacă poţi înţelege acest lucru, atunci nu este nicio nevoie să cazi în ele, le poţi transcende. Iar prin transcendere te maturizezi, atingi o sinteză mult mai mare. Dacă ai căzut victimă, atunci sinteza nu se mai produce.

Spiritualitatea este culmea, ultima sinteză a dezvoltării. Falsul este transcens şi realul este absorbit. Doar realul este cel care rămâne; falsul dispare. Şi nu te gândi că trupul este ireal – el este real. Celulele creierului sunt reale, procesul gândirii este la fel de real. Ireală este doar relaţia, legătura dintre conştiinţă şi procesul gândirii. Aceasta este însă doar o legătură, doar un nod pe care îl poţi desface. Şi în momentul în care îl desfaci, ai deschis o uşă.

4. Cum poate şti un căutător dacă se află într-o căutare religioasă autentică sau doar într-o călătorie a ego-ului?

Când eşti confuz, când ai îndoieli, atunci află că aceasta este o călătorie a ego-ului. Dacă nu eşti confuz şi ştii bine că este autentică, atunci ea este cu adevărat autentică. Şi aici nu este vorba de a păcăli pe altcineva. Te păcăleşti doar pe tine însuţi. Dacă eşti confuz şi ai îndoieli, atunci aceea este o căutare a ego-ului. Când există căutarea autentică, îndoielile nu mai au ce căuta acolo. Atunci apare credinţa.

Să mă exprim altfel. Ori de câte ori formulezi astfel de probleme, chiar această confuzie arată că te afli pe un drum greşit. De exemplu, cineva îmi spune: „Nu ştiu dacă meditaţia pătrunde sau nu în profunzime”.

Îi răspund: „Dacă pătrunde adânc, atunci nu mai este nevoie să vii şi să mă întrebi nimic. Profunzimea este o experienţă pe care nu poţi să nu o cunoşti. Şi când tu nu îţi poţi cunoaşte profunzimea, atunci cine o poate cunoaşte

pentru tine? Acum ai venit să mă întrebi acest lucru, deoarece nu o simţi. Doreşti ca altcineva să îţi certifice ceea ce cauţi. Dacă îţi spun: «Da, meditaţia ta pătrunde în adâncime» – atunci te vei simţi foarte bine – dar aceasta este o călătorie a ego-ului.

Când eşti bolnav, ştii că eşti bolnav. Uneori se poate întâmpla ca boala să fie foarte subtilă şi să nu fii conştient de ea.

Dar invers nu se întâmplă niciodată: când eşti perfect sănătos ştii foarte bine acest lucru. Sănătatea nu se poate ascunde niciodată. Când eşti sănătos, cunoşti că eşti sănătos. Poate că nu eşti conştient de boală, dar când eşti sănătos eşti conştient de aceasta, deoarece chiar sănătatea este un fenomen de bunăstare. Dacă nu îţi poţi simţi sănătatea, atunci cine o poate simţi? Pentru boli există experţi care le pot defini; dar pentru sănătate niciun expert nu o poate cunoaşte. Nici nu este nevoie. Însă când întrebi sau te îndoieşti de sănătatea ta înseamnă că eşti bolnav; aceasta este o certitudine. Chiar confuzia ta o demonstrează.

Deci, când te afli pe un drum spiritual poţi cunoaşte dacă acesta este autentic sau este doar o căutare a ego-ului. Şi chiar această confuzie arată că drumul nu este autentic. Însă ce reprezintă această căutare a ego-ului? Faptul că nu te preocupă fenomenul real, ci mai degrabă eşti mai preocupat de posedarea fenomenului respectiv.

Mulţi îmi spun: „Tu ştii şi ne poţi spune dacă s-a ridicat sau nu energia kundalini” Dar pe ei nu îi preocupă kundalini, ci vor doar un certificat. Însă uneori în joacă, le spun: „Da, kundalini s-a ridicat” – imediat îi văd că devin foarte fericiţi.

Persoana respectivă pleacă foarte fericită şi chiar când este gata să iasă din cameră o chem înapoi şi îi spun: „Am glumit. Nu s-a întâmplat nimic cu tine. Nu este nimic real”. Acum redevine tristă. De fapt, astfel de oameni nu îi preocupă trezirea sau ridicarea energiei kundalini, ci vor doar să se simtă bine: prin vorbele mele au certitudinea trezirii energiei kundalini şi acum se pot simţi superiori

faţă de alţii.

Şi astfel, aşa-zişii guru exploatează aceste persoane interesate de ego. Ei le pot da certificate, scrise sau verbale: „Da, eşti deja trezit. Eşti un buddha”. Şi tu nu vei nega acest lucru. Dacă spun aceste vorbe la zece oameni, nouă dintre ei mă vor crede şi nu vor nega. Se vor simţi fericiţi. Ei chiar căutau un guru care să le spună că sunt iluminaţi.

Aceşti falşi guru există tocmai pentru că tu ai nevoie de ei; niciun guru autentic nu îţi va da niciun astfel de certificat – deoarece orice certificat este doar o cerinţă a ego-ului. Nu este nevoie de niciun certificat. Dacă experimentezi ridicarea energiei, o experimentezi. Iar dacă se întâmplă ca întreaga lume să nege acel fapt, nu contează – las-o să nege. Dacă acolo există experienţa reală, atunci ce mai contează dacă cineva spune că ai realizat-o sau nu? Este ceva neimportant. Dar acum nu este neimportantă, deoarece căutarea ta este a ego-ului. Tu vrei să crezi că ai atins totul.

Şi se întâmplă de multe ori: când eşti un ratat, când te afli în mizerie, când nu eşti satisfăcut şi simţi că viaţa trece, atunci începi să te întorci spre spiritualitate. Ambiţia cere să fie satisfăcută. Şi aici este uşor să găseşti satisfacţie – este uşor tocmai pentru că în spiritualitate te poţi amăgi foarte uşor. În lumea materială nu te poţi amăgi aşa de repede.

Dacă eşti sărac, cum ai putea pretinde că eşti bogat? Iar dacă o faci, atunci nu vei păcăli pe nimeni. Şi când insişti că eşti bogat, atunci toţi din jurul tău vor crede că ai înnebunit.

Am cunoscut un om care începuse să creadă că este Jawahar lal Nehru. Familia, prietenii, toţi încercau să îi spună: „Nu mai afirma astfel de prostii pentru că vei fi considerat nebun”.

Dar el susţinea: „Nu vorbesc aiurea. Eu chiar sunt învăţatul Jawaharlal Nehru”.

Începuse să se semneze cu acest nume. Începuse să trimită telegrame la oficialităţi spunând: „O să vin – eu

sunt învăţatul Jawaharlal Nehru”.

Până la urmă a fost prins şi obligat să rămână în arest la domiciliu. El era un consătean şi când m-am dus să îl întâlnesc, mi-a spus: „Tu eşti un om care poţi înţelege. Aceşti proşti nu mă înţeleg – dar chiar sunt învăţatul Jawaharlal Nehru”.

I-am răspuns: „Da, tocmai de aceea am venit să te văd. Şi să nu îţi fie frică de aceşti proşti, deoarece marii oameni ai lumii, aşa cum eşti şi tu, au suferit întotdeauna”.

Atunci a spus: „Aşa este” – era atât de fericit – „Tu eşti singurul om care mă poate înţelege. Marii oameni trebuie să sufere”.

Dacă încerci să te păcăleşti în privinţa lumii exterioare, vei fi considerat nebun. Dar în spiritualitate este foarte uşor să spui că s-a trezit energia kundalini. Doar pentru că ai o uşoară durere în spate crezi deja că s-a ridicat kundalini.

Pentru că simţi mintea puţin confuză, începi să crezi că se deschid centrii fiinţei. Cum ai o durere de cap, cum crezi că s-a deschis cel de-al treilea ochi. Te poţi păcăli cu foarte mare uşurinţă şi nimeni nu va fi interesat să te contrazică, nimeni nu-ţi va spune nimic. Problema constă în faptul că există învăţători falşi care îţi susţin visele şi care te fac să te simţi foarte fericit.

O căutare a ego-ului înseamnă a nu fi interesat de transformarea ta; vrei doar să pretinzi ceva. Şi este foarte uşor să pretinzi. Acolo se petrece un fenomen mutual: când un aşa-zis guru spune că eşti iluminat tu va trebui să îi arăţi respect, deoarece el te-a iluminat. Nu îl mai poţi părăsi, pentru că dacă o faci, ce se va întâmpla cu iluminarea ta? Nu poţi pleca. Guru depinde de tine, deoarece îi arăţi respect şi îl onorezi şi tu depinzi de el, deoarece nimeni altcineva nu va crede că eşti iluminat. Totul devine o cacealma.

Când cauţi cu adevărat, nu va fi uşor. Nu ai nevoie de vreun martor. Este ceva dificil şi poate dura chiar vieţi întregi. Este dureros, acolo va apărea suferinţa, deoarece trebuie distruse multe lucruri, trebuie rupte lanţurile care

s-au format în nenumăratele vieţi anterioare. Nu este uşor. Nu este o joacă de copii. Acolo va apărea suferinţa, deoarece îţi schimbi şablonul vieţii – tot ce este vechi va dispărea.

Şi ai investit totul în vechituri. Deci, va trebui să suferi.

Când începi să priveşti în interior pentru a căuta ego-ul şi nu îl găseşti, atunci ce se va întâmpla cu imaginea cu care ai trăit până acum? Ai crezut mereu că eşti un om bun şi moral – ce se va întâmpla cu acestea? Când descoperi că nu te găseşti nicăieri, unde va fi acel om bun? Ego-ul este cel care implică tot ceea ce crezi despre tine. Totul este implicat în el. Acesta nu este ceva pe care îl poţi arunca cu uşurinţă. El te reprezintă, este trecutul tău. Când îl arunci, devii un zero, vei fi ca şi cum nu ai fi existat deloc până atunci. Atunci eşti născut pentru prima oară – acolo nu va mai fi nicio experienţă, nicio cunoaştere şi niciun trecut – vei fi precum un copil inocent. Dar pentru aceasta este nevoie de curaj şi de îndrăzneală.

Căutarea autentică este dificilă. În schimb, o călătorie a ego-ului este foarte uşoară. Şi te poate satisface foarte repede, deoarece nu ai nimic altceva care să te satisfacă. Vei începe să crezi că s-a întâmplat ceva cu tine. Dar, de fapt, îţi pierzi energia, timpul şi viaţa. Când te afli lângă un maestru, acesta va trebui mereu să te tragă înapoi din călătoria ta. El va trebui să urmărească să nu înnebuneşti, să nu începi să visezi. El este cel care te trage înapoi.

Şi acesta este un lucru foarte dificil, deoarece după ce ai fost oprit de căderea în nebunie, începi să te răzbuni pe maestru. „Ajunsesem atât de sus, eram aproape de final şi el îmi spune: «Nu se întâmplă nimic. Doar îţi imaginezi că se întâmplă ceva»”. Eşti readus cu picioarele pe pământ.

Este dificil să fii discipol lângă un maestru adevărat. Iar discipolii se întorc mereu împotriva maeştrilor, deoarece se află într-o călătorie a egoului, iar maeştrii nu îi lasă să meargă mai departe. Şi tocmai aceşti discipoli sunt

cei care creează maeştrii falşi. Ei au nevoie de ceea ce le cere ego-ul şi oricine le va satisface această necesitate poate să le devină maestru. Este foarte uşor să ajuţi ego-ul să evolueze, fiind doar de acord cu acesta. Însă este foarte dificil să îl ajuţi să dispară.

Ţine bine minte acest lucru şi cercetează în fiecare clipă ca să nu cumva să te afli într-o călătorie a ego-ului. Este ceva subtil, iar căile ego-ului sunt foarte, foarte viclene. Ele nu se află la suprafaţă. Ego-ul te manipulează din interior; din subconştient. Dar dacă eşti atent şi conştient, nu te mai poate păcăli. Dacă eşti atent şi îi vei cunoaşte limbajul, atunci vei vedea ce simte el – deoarece el caută mereu experienţa. Tocmai acesta este cuvântul cheie.

Ego-ul caută mereu experienţa – sexuală sau spirituală, nu contează. Ego-ul este lacom să experimenteze una sau alta: vrea să experimenteze trezirea energiei kundalini sau beatificele fenomene din cel de-al şaptelea corp. El caută mereu noi experienţe.

Însă o căutare adevărată nu va dori experienţe, deoarece orice experienţă te va frustra – orice experienţă este repetitivă. La un moment dat vei deveni sătul de ea şi vei cere o experienţă nouă.

Căutarea noului este a ego-ului. Vei medita, dar dacă vei medita doar pentru a obţine senzaţii noi sau pentru că viaţa a devenit plictisitoare – eşti sătul de această viaţă de rutină şi vrei ceva nou… Poţi obţine tot ce doreşti; omul obţine tot ce caută şi încearcă să găsească. Tocmai acea sta este suferinţa – orice doreşti, vei găsi. Şi apoi, te vei căi. Vei obţine o senzaţie nouă – dar după aceea? Te vei sătura şi de aceasta. Atunci vei dori să iei LSD. Vei începe să treci de la un maestru la altul, dintr-un ashram în altul – şi toate acestea doar pentru a obţine ceva nou.

Ego-ul nu este altceva decât o lăcomie, o sete de experienţe noi. Şi fiecare experienţă nouă va deveni veche, deoarece tot ce este nou devine vechi – şi iarăşi… Spiritualitatea nu este o căutare a unor experienţe, ci o căutare a propriei fiinţe. Prin ea nu cauţi nicio experienţă –

nici chiar extazul, nici beatitudinea – deoarece experienţa este ceva exterior; oricât de interioară ar fi, tot exterioară este.

Spiritualitatea este căutarea fiinţei reale, care se află în interiorul tău: trebuie să ştii care este realitatea ta. Şi odată cu această cunoaştere încetează orice dorinţă pentru experienţe. Odată cu această cunoaştere nu mai este nicio nevoie să cauţi experienţe noi; prin cunoaşterea adevăratei realităţi interioare, a fiinţei autentice, toată căutarea încetează. Deci nu căuta experienţa. Toate experienţele sunt doar nişte evadări, sunt doar nişte trucuri ale minţii. Meditaţia nu este o experienţă, ci o realizare; mai degrabă este o încetare a tuturor experienţelor. Din această cauză, toţi cei care au încercat cu adevărat să exprime ceea ce se întâmplă în interior – ca de exemplu, Buddha – au spus: „Nu întreba ce se întâmplă acolo”. Sau, dacă insişti, îţi vor spune: „Acolo nu se întâmplă nimic”.

Dacă îţi spun că în meditaţie nu se întâmplă nimic, ce vei face? Vei opri meditaţia. Când nu se întâmplă nimic, atunci care mai este rostul acesteia? – /V

Însă acest fapt arată că te afli într-o călătorie a egoului. Când îţi spun că nu se întâmplă nimic acolo şi tu afirmi: „Bun, dar eu am cunoscut multe experienţe şi fiecare s-a dovedit frustrantă…” Atunci vei trece prin ea şi vei şti că nu a fost nimic; apoi te grăbeşti să o repeţi şi această repetare devine plictisitoare. După care te vei îndrepta spre altceva… Acesta este modul în care ai existat vieţi întregi; în mii şi mii de vieţi nu ai făcut altceva decât să cauţi experienţa.

Dacă spui: „Am cunoscut experienţa şi nu mai vreau niciun fel de experienţă. Acum vreau să îl cunosc pe experimentator” – atunci totul se schimbă. Experienţa este ceva exterior ţie: experimentatorul este fiinţa ta.

Şi iată distincţia dintre spiritualitatea reală şi cea falsă: când cauţi experienţe, atunci este falsă; când cauţi experimentatorul, atunci este adevărată.

Dar în acel moment nu vei mai fi preocupat de kundalini sau de chakre – acestea vor apărea, dar pe tine

nu te vor interesa şi nu te vei mai implica în ele. Te vei îndrepta spre centrul interior, acolo unde nu rămâne nimeni altcineva decât tu în singurătatea ta totală. Doar conştiinţa rămâne, fără niciun conţinut.

Conţinutul este experienţa. Orice experimentezi este doar conţinutul. Când experimentez suferinţa – atunci chiar suferinţa este conţinutul conştiinţei mele. Apoi, experimentez plăcerea – astfel, plăcerea este conţinutul. Experimentez plictiseala – aceasta este conţinutul. Şi la un moment poţi experimenta tăcerea. Poţi experimenta beatitudinea – şi beatitudinea va fi substanţa ei. Deci poţi continua să schimbi substanţa. O poţi schimba la infinit, dar nu acesta este lucrul real.

Realul este cel căruia i se întâmplă aceste experienţe – cel căruia îi apare plictiseala sau fericirea. Căutarea spirituală nu este îndreptată spre *ce* se întâmplă, ci spre *cine* se întâmplă. Atunci ego-ul nu mai are nicio posibilitate să apară.

57. TU EŞTI PESTE TOT

28.VI.1973, Bombay

SUTRE:

84. Înlătură ataşamentul faţă de corp, realizând că „eu sunt peste tot”. Cel care este omniprezent este pretutindeni plin de fericire.

85. Dacă nu te gândeşti la niciun lucru vei transcende limitele sinele-limitat.

Am auzit o poveste despre un doctor bătrân. Într-o zi, asistentul său l-a sunat pentru că se afla în mare încurcătură – pacientul său era pe moarte. Acesta înghiţise o bilă de biliard şi asistentul nu ştia ce să facă. Aşa că l-a întrebat pe doctor: „Ce să fac?” Doctorul i-a spus: „Gâdilă-l cu o pană”.

După câteva minute asistentul a sunat şi foarte fericit a spus: „Tratamentul tău s-a dovedit a fi foarte bun – pacientul a început să râdă şi a scuipat afară bila. Dar spune-mi, de unde ai învăţat această tehnică remarcabilă?”

Bătrânul doctor a spus: „Tocmai acum am inventat-o. Motto-ul meu a fost întotdeauna următorul: Când nu ştii ce

să faci, improvizează”.

Dar nu acelaşi lucru merge şi în ceea ce priveşte meditaţia. Dacă nu ştii ce să faci, nu face nimic, deoarece mintea este foarte complexă şi delicată.

Dacă nu ştii ce să faci, este mai bine să nu faci nimic, pentru că dacă faci ceva fără să cunoşti ce faci vei crea multe probleme. Şi multe dintre ele se pot dovedi fatale.

Când nu ştii nimic despre minte… Şi, de fapt, chiar nu cunoşti nimic despre ea. Pentru tine, mintea este doar un cuvânt. Tu nu îi cunoşti profunzimile ei. Mintea este cel mai complex lucru din existenţă; nimic altceva nu se poate compara cu ea. Şi totodată este cel mai delicat lucru – o poţi distruge, poţi face ceva care nu mai poate fi reparat. Aceste tehnici sunt bazate pe o foarte profundă cunoaştere a minţii umane. Fiecare tehnică este susţinută de o experimentare îndelungată.

Deci, ţine minte: nu face nimic singur şi nu amesteca tehnicile, deoarece ele funcţionează diferit, au baze diferite, căile lor sunt diferite.

Toate duc la acelaşi final, dar mijloacele prin care fac acest lucru sunt total diferite. Uneori poi fi chiar diametral opuse. Deci nu amesteca între ele nici chiar două tehnici. De fapt, nu amesteca nimic – foloseşte tehnica aşa cum îţi este dată.

Nu o schimba, nu o îmbunătăţi – pentru că nici nu o poţi face – şi orice fel de schimbare poate fi fatală. Iar înainte de a începe să practici o tehnică, fii foarte atent dacă ai înţeles-o sau nu. Dacă eşti confuz şi nu ştii bine ce să faci, atunci mai bine nu o practica, deoarece fiecare tehnică va produce o transformare majoră în interior.

Aceste tehnici nu sunt revoluţioniste. Iar prin evoluţie înţeleg să nu faci nimic şi în milioane de ani, până la urmă, îţi va apărea în mod automat meditaţia. În decursul natural al timpului vei ajunge la un punct în care vei deveni un buddha. Tehnicile pe care le discutăm sunt revoluţionare. De fapt, sunt nişte scurtături; ele nu sunt naturale. Natura te va conduce la iluminare – vei ajunge la ea într-o bună zi – dar acest lucru depinde de natură; tu nu

poţi face nimic în această privinţă, doar vei trăi în continuare în suferinţă.

Religia este revoluţionară. Ea îţi oferă o tehnică prin care poţi scurta foarte mult acest proces îndelungat şi prin care poţi face o săritură – o săritură prin care vei evita milioane de vieţi. Într-un singur moment poţi traversa, poţi călători milioane de ani. Deci este un drum foarte periculos şi până când nu înţelegi bine tehnica, nu te apuca de ea. Nu face nimic de capul tău.

Mai întâi încearcă să înţelegi tehnica foarte bine. După ce ai înţeles-o, poţi să o practici. Şi nu folosi motto-ul pe care îl folosea acel doctor. Nu, nu improviza. Va fi mai bine pentru tine să nu faci nimic decât să acţionezi prosteşte. Mintea este atât de delicată încât, dacă vei face ceva greşit va fi foarte dificil de refăcut – extrem de dificil. Este foarte uşor să faci ceva greşit, dar foarte dificil de reparat greşeala. Ţine minte acest lucru.

84. Înlătură ataşamentul faţă de corp, realizând că „eu sunt peste tot" Cel care este omniprezent este pretutindeni plin de fericire.

Trebuie înţelese multe lucruri. Primul: Înlătură ataşamentul faţă de corp. Există un profund ataşament faţă de corp – este natural să fie aşa. Tu ai trăit multe vieţi în corp, încă de la început. Trupurile s-au schimbat, dar tu nu ai existat fără un corp anume.

Au existat momente în care nu ai fost întrupat, dar atunci nu ai fost conştient. Când mori, devii inconştient şi rămâi aşa. Apoi eşti născut în alt corp, dar eşti tot inconştient. Pauza care există între o moarte şi o naştere o petreci în inconştienţă şi nu cunoşti non-corporalitatea. Nu ştii cine eşti când nu te afli în corp. Cunoşti doar un singur fenomen: întruparea; te-ai cunoscut pe tine doar fiinţând în corp.

Acest lucru s-a petrecut în permanenţă şi ai uitat că eşti diferit de corp. Această uitare este normală – în aceste circumstanţe este naturală – după care apare ataşamentul. Tu simţi că eşti corpul – acesta este ataşamentul. Simţi că nu eşti altceva decât corpul, că nu eşti mai mult decât

trupul. Poate că nu eşti de acord cu mine, deoarece ai gândit de multe ori că nu eşti trupul, ci sufletul, sinele. Dar aceasta nu este cunoaşterea ta, este doar ceea ce ai auzit, citit şi ceea ce ai crezut orbeşte, fără să cunoşti.

Deci, primul lucru care trebuie făcut este să realizezi faptul că singura cunoaştere pe care o ai în acest moment este următoarea: tu eşti corpul. Nu te amăgi, deoarece nu te va ajuta la nimic. Dacă crezi că deja cunoşti, atunci nu vei putea înlătura ataşamentul: deoarece ai impresia că ştii totul şi acest lucru te va împiedica să vezi ataşamentul. Astfel vor apărea multe dificultăţi care nu vor putea fi rezolvate. Problema trebuie rezolvată încă de la început. Odată ce o pierzi din vedere, ea nu va mai putea fi niciodată rezolvată; va trebui să te întorci din nou la început. Deci, ţine bine minte şi realizează faptul că tu nu te cunoşti pe tine ca altceva decât ca trup. Aceasta este prima realizare fundamentală.

Însă în prezent realizarea nu există. Mintea îţi este înceţoşată de tot felul de lucruri pe care le-ai auzit; mintea este condiţionată de cunoaşterile transmise de alţii – este împrumutată, nu reală. Dar nu înseamnă că este falsă – cei care au afirmat acest lucru, au cunoscut cu adevărat ceea ce spun – dar pentru tine este falsă, atâta timp cât nu devine propria ta experienţă. Deci, când susţin că ceva este fals, mă refer la faptul că acel ceva nu reprezintă o experienţă proprie. Poate că este adevărat pentru altcineva, dar nu şi pentru tine. Iar în acest sens, adevărul este individual – adică, adevărul este adevăr doar când este experimentat; până atunci este neadevărat. Nu există adevăruri universale. Fiecare adevăr trebuie să fie individual înainte de a deveni adevărat.

Tu cunoşti din auzite – este moştenirea fiecăruia dintre noi – că nu eşti corp, dar pentru tine nu este ceva real. Stai în faţa acestui fapt: te cunoşti pe tine doar ca trup. Această impresie lucru creează o tensiune interioară – cunoaşterea falsă este cea care ascunde tensiunea. Tu continui să crezi că nu eşti corp şi totuşi trăieşti în el, iar acest lucru te divide, întreaga ta fiinţă devine falsă,

neautentică.

Este o nebunie. Trăieşti ca trup şi gândeşti şi vorbeşti ca un suflet – atunci este menit să apară conflictul – astfel, te vei afla mereu într-o neliniştе interioară care cu greu mai poate fi depăşită. Deci, mai întâi realizează faptul că nu cunoşti nimic despre suflet, despre spirit – tot ceea ce cunoşti este corpul.

Această realizare va elibera neliniştea interioară. Tot ce este ascuns va ieşi la suprafaţă. Când vei descoperi că tu eşti şi corpul, vei începe literalmente să transpiri; te vei simţi neliniştit şi ciudat, dar va trebui să treci prin aceste senzaţii; doar după aceea vei cunoaşte ce înseamnă cu adevărat ataşamentul faţă de corp.

Învăţătorii spun mereu că nu trebuie să fii ataşat de corp, dar ceea ce înseamnă acest ataşament îţi este încă complet necunoscut. Ataşamentul faţă de corp este o adâncă identificare cu corpul, dar mai întâi trebuie să realizezi ce este această identificare. Deci aruncă orice cunoaştere care ţi-a oferit iluzia că eşti suflet. Realizează că tu eşti trup; realizează că nu cunoşti decât un singur lucru; corpul. Cum se eliberează neliniştea şi iadul interior?

În clipa în care realizezi că tu eşti corpul, atunci, pentru prima oară, vei cunoaşte cu adevărat ce este ataşamentul. Pentru prima oară în conştiinţa ta va apărea faptul că tu eşti acest trup care s-a născut şi care va muri. Descoperi că nu eşti altceva decât nişte oase şi bucăţi de carne. Tu eşti furia şi sexul. Astfel, dispar toate imaginile false. Atunci devii real.

Realitatea este dureroasă, este foarte dureroasă – de aceea o şi ascundem. Acesta este un truc. Tu continui să te crezi suflet şi tot ce nu îţi place arunci asupra corpului. Spui că sexul aparţine corpului, iubirea îţi aparţine ţie. Lăcomia şi furia aparţin trupului; compasiunea îţi aparţine ţie. Compasiunea aparţine sinelui şi cruzimea aparţine corpului. Iertarea este a sufletului şi furia a corpului. Deci, tot ce simţi că este urât şi greşit arunci asupra corpului şi tot ce este frumos consideri că este al sufletului. Imediat

începi să te identifici cu ceea ce îţi convine şi creezi divizarea.

Această divizare nu îţi va permite să cunoşti ce este ataşamentul, iar până când nu îl cunoşti şi trăieşti, nu îl poţi înlătura. Cum ai putea? Poţi înlătura ceva doar când aceasta s-a dovedit a fi o boală, un iad, o povară; doar atunci poţi înlătura ceva.

Ataşamentul tău încă nu s-a dovedit a fi un iad. Ceea ce spune Buddha sau Mahāvīra nu este important. Ei poate afirmă că ataşamentul este un iad, dar tu nu simţi acelaşi lucru. De aceea întrebi mereu cum să te detaşezi, cum să depăşeşti ataşamentul. Continui să te întrebi „cum" doar pentru că nu ştii ce este ataşamentul. Dacă l-ai cunoaşte, atunci pur şi simplu vei renunţa la el fără să mai întrebi „cum".

De exemplu îţi ia foc casa; atunci nu te vei mai duce la un maestru să îl întrebi cum să ieşi de acolo. Vei ieşi singur. Nu vei irosi nici măcar un moment. Atunci nu vei mai căuta un maestru şi nu vei mai citi scripturile. Şi, de asemenea, nu vei mai încerca să cauţi care ieşire este mai bună, prin ce mijloace să ieşi mai convenabil sau care este uşa potrivită pentru aceasta. Aceste lucruri devin neimportante. Când *cunoşti* ce este ataşamentul, îl vei arunca singur la gunoi.

Pentru a pătrunde în această tehnică, trebuie mai întâi să elimini falsa cunoaştere a sinelui, astfel ca ataşamentul faţă de corp să fie dezvăluit în totalitate. Va fi foarte dificil; va trebui să suporţi o profundă anxietate şi durere.

Nu va fi uşor, dar odată ce vei sta faţă în faţă cu el, îl vei putea înlătura – şi nu mai este nevoie să întrebi cum să faci asta. Este un iad, un foc – vei fugi imediat din el.

Sutra spune: *înlătură ataşamentul faţă de corp, realizând că „eu sunt peste tot"*.

În momentul în care înlături ataşamentul, vei realiza că tu eşti pretutindeni. Datorită acestui ataşament simţi că eşti limitat. Nu corpul te limitează, ci chiar ataşamentul tău faţă de el. Nu trupul creează o barieră între tine şi

realitate, ci ataşamentul tău pentru el. Odată ce cunoşti faptul că acest ataşament nu mai există, atunci nu va mai exista nici corpul. Poţi spune că întreaga existenţă devine trupul tău; el devine o parte a existenţei totale. Atunci nu mai este ceva separat.

De fapt, corpul nu reprezintă altceva decât existenţa care vine spre tine. Existenţa cea mai apropiată de tine este corpul – apoi începe să se răspândească. Odată ce ataşamentul nu mai persistă, atunci nici corpul nu mai există – sau poţi spune că întreaga Existenţă a devenit corpul tău. Eşti pretutindeni.

În corp, te afli undeva; fără corp eşti peste tot. Datorită trupului eşti restrâns la un anumit spaţiu; în lipsa sa nu mai există nicio constrângere. Acesta este şi motivul pentru care înţelepţii au spus că trupul este o închisoare. Însă nu el este închisoarea, ci ataşamentul tău faţă de el. Odată ce ochii nu îţi mai sunt focalizaţi asupra lui, tu eşti peste tot.

Pare absurd. Pentru minte pare ceva absurd, o nebunie – cum ar putea cineva să fie pretutindeni. Dar pentru un iluminat pare o nebunie faptul că spunem: „Eu sunt. Cum ai putea tu să fii undeva? Conştiinţa nu este un concept spaţio-temporal. De aceea, atunci când închizi ochii şi încerci să te găseşti în corp te afli în încurcătură. Nu te poţi găsi.

Au existat multe religii şi multe grupări care spuneau că fiinţa se află în buric. Unele spun că exişti în inimă, altele în cap, dar Shiva spune că tu nu te afli nicăieri. Închide ochii şi încearcă să îţi defineşti locul în care te afli – vei vedea că nu o poţi face. Tu eşti, dar nu „undeva”. Doar eşti.

Când dormi profund nu eşti conştient de corp. Tu eşti. Dimineaţa vei spune că somnul a fost foarte adânc şi reconfortant. Ai fost conştient de o profundă beatitudine existentă în interior, dar nu ai fost conştient de corp. Unde te afli atunci când dormi? Când mori unde te duci? Oamenii întreabă mereu: „Unde se duce un om după ce moare?” Însă această întrebare este absurdă, prostească.

Ea este legată de conştiinţa întrupată – datorită faptului că gândim a fi undeva. Crezi că după moarte te duci în altă parte? Nu, nicăieri.

Când mori nu te afli undeva – asta este tot. Nu eşti restrâns într-un spaţiu. Dar dacă ai vreo dorinţă de a fi restrâns, vei fi. Dorinţa te conduce la noi limitări. Când nu eşti în corp, nu te vei afla nicăieri sau vei fi peste tot – depinde de expresia care îţi place.

Dacă îl întrebi pe Buddha, el va spune că nu mai exişti. De aceea el a ales cuvântul „nirvāṇa" – adică nu mai eşti nicăieri. Exact ca o flacără care s-a stins – cum mai poţi spune că flacăra este undeva? Buddha va spune că a devenit vacuitate. Flacăra a încetat să mai fie. Buddha foloseşte termeni negativi. Acesta este şi înţelesul nirvāṇei. Când nu eşti ataşat de corp eşti în nirvāṇa.

Shiva alege termeni pozitivi – el spune peste tot. Dar ambii spun acelaşi lucru. Dacă eşti pretutindeni, nu poţi fi undeva.

Problema este că noi suntem ataşaţi de corp şi ne simţim limitaţi. Această restrângere este un act mental; este propria ta acţiune. Şi te poţi limita în orice, nu numai în corp. Ai un diamant valoros. Fiinţa ta se poate restrânge în jurul acelui diamant; iar dacă se întâmplă să îl pierzi sau să ţi-l fure cineva ajungi să înnebuneşti sau să te sinucizi. De ce? Unele persoane au diamante, altele nu au; dar cu toate acestea nimeni nu se sinucide, nimeni nu înnebuneşte, ce s-a întâmplat cu tine?

Cândva ai existat şi tu fără să ai niciun diamant; atunci nu aveai niciun fel de probleme. Acum ai ajuns să nu îl mai ai, dar nu mai eşti ca înainte. De ce? Cine a creat această problemă? Tu singur. Acum eşti ataşat, eşti restrâns. Diamantul a devenit corpul tău. Tu nu mai poţi trăi fără el; îţi este imposibil să mai trăieşti fără el.

Ori de câte ori devii ataşat creezi noi limite, noi închisori. Şi acelaşi lucru îi facem în viaţă: continuăm mereu să construim închisori cât mai mari şi mai multe. Apoi începem să le decorăm astfel încât să arate ca o casă, după care uităm complet ce sunt ele de fapt.

Această sutra spune că dacă reuşeşti să înlături ataşamentul faţă de corp, atunci vei realiza: *„eu sunt peste tot”*. Vei avea un sentiment oceanic, conştiinţa ta există fără nicio localizare. Conştiinţa ta există fără să fie priponită undeva. Devii precum cerul, învălui totul – totul se află în tine. Conştiinţa ta s-a extins la o potenţialitate infinită. Şi apoi, sutra spune: Cel care este omniprezent este pretutindeni plin de fericire.

Limitat fiind vei suferi, deoarece tu eşti mult mai mare decât acel loc în care te opreşti. Iată suferinţa – este ca şi cum te-ai forţa să intri într-o sticlă; oceanul este forţat să încapă într-o sticlă. Cu siguranţă va apărea suferinţa. Şi chiar această suferinţă este cea care îndeamnă la căutarea spirituală, căutarea lui Brahman – pentru Absolut, Infinit. Căutarea lui *moksha* înseamnă căutarea libertăţii. Într-un corp limitat nu poţi fi liber. Liber vei fi pretutindeni sau nicăieri.

Priveşte mintea: oricare ar fi direcţia ei, ea caută libertatea. Orice direcţie ar avea – economică, politică, psihologică, religioasă – ea caută libertatea. Se pare că cea mai mare sete este nevoia de libertate. Mintea va lupta cu orice limitare, barieră, sclavie. Întreaga istorie umană este o luptă pentru libertate.

Poate că dimensiunile diferă: un Marx sau un Lenin luptă pentru libertatea economică; un Ganahi sau un Lincoln luptă pentru libertatea politică. Şi există mii şi mii de sclavii, de încătuşări, iar lupta aceasta va continua în permanenţă. Dar un lucru este sigur – undeva în adâncul său, omul caută mereu din ce în ce mai multă libertate.

Shiva spune, şi toate religiile îl susţin, că poţi deveni liber din punct de vedere politic, dar lupta nu va înceta. Nu există doar o anumită sclavie, ci sunt mii de încătuşări şi limitări, iar când vei fi liber din punct de vedere politic, vei putea să observi şi celelalte sclavii. Sclavia economică poate înceta, dar atunci vei deveni conştient şi de celelalte – constrângerea sexuală, psihologică. Această luptă nu poate înceta până când nu simţi şi cunoşti că tu eşti pretutindeni. În momentul în care simţi că eşti peste tot,

atunci devii liber.

Această libertate nu este politică, economică sau socială. Această libertate este existenţială. Ea este totală. De aceea am denumit-o *moksha* – eliberarea totală. Şi doar atunci poţi fi cu adevărat fericit. Bucuria sau beatitudinea este posibilă doar când eşti complet liber.

De fapt, bucuria înseamnă libertatea totală. Bucuria nu este o consecinţă, este chiar ceea ce se întâmplă – atunci eşti fericit, eşti beatific. Această beatitudine nu apare ca un efect. Libertatea este fericire, sclavia este suferinţă. În momentul în care te simţi limitat ajungi să suferi, chiar devii suferinţa. Când te simţi nelimitat, suferinţa dispare. Durerea nu persistă decât în preajma barierelor şi obstacolelor; beatitudinea există în tărâmul complet lipsit de bariere, într-o existenţă fără obstacole.

Oricând simţi această libertate îţi va apărea şi fericirea. Chiar şi acum, chiar dacă nu simţi o libertate totală, fericirea tot îţi apare. Te îndrăgosteşti de cineva: imediat simţi bucuria, o anumită beatitudine. Dar de ce apare? Ori de câte ori te-ai îndrăgostit, nu faci altceva decât să îţi înlături ataşamentul pentru corp. Într-un sens mai profund, corpul celuilalt a devenit de asemenea corpul tău. Acum tu nu eşti limitat doar la corpul tău: corpul altcuiva a devenit şi el trupul, casa ta. Simţi o libertate mai mare. Acum te poţi mişca şi în celălalt, iar celălalt se poate mişca în tine. Într-un fel, bariera a căzut – dar nu total. Eşti mai mult decât înainte.

Când iubeşti, eşti mai mult decât ai fost înainte; fiinţa ta a crescut, s-a extins. Conştiinţa nu mai este limitată, ci a atins un tărâm nou. În iubire simţi o anumită libertate. Aceasta nu este totală, iar mai devreme sau mai târziu, te vei simţi limitat. Acum te simţi extins, dar totuşi finit. Cei care iubesc profund vor ajunge mai devreme sau mai târziu să se îndrepte spre rugăciune.

Rugăciunea înseamnă o iubire mai mare. Rugăciunea înseamnă o iubire cu întreaga existenţă. Acum deja ştii secretul: ai iubit o persoană şi în acea clipă s-au deschis uşile, s-au rupt barierele, iar fiinţa ta s-a extins. Iubeşte

întreaga existenţă şi corpul îţi va fi dispărut.

În iubirea profundă devii non-corporal. Atunci nu te mai simţi ca un trup. Când nu eşti iubit sau nu iubeşti te vei simţi mai corporal, mai greu, vei fi mai conştient de corpul tău. El devine o povară. Dar când eşti iubit, trupul îşi pierde din greutate – nu mai simţi efectul gravitaţiei. Poţi dansa, poţi chiar zbura. Într-un anumit sens, corpul nu mai există – dar într-un mod limitat. Acelaşi lucru se poate întâmpla şi atunci când te afli în iubire cu întreaga existenţă.

În iubire îţi apare fericirea. Aceasta nu este plăcere. Ţine minte: fericirea nu este plăcere. Plăcerea îţi apare prin simţuri; fericirea îţi apare atunci când nu eşti senzitiv. Plăcerea vine prin corp; fericirea vine când nu eşti în trup: corpul a dispărut pentru un moment şi tu eşti doar conştiinţă – atunci fericirea îşi face apariţia. Prin corp este posibilă plăcerea, durerea. Fericirea este posibilă doar în clipa în care nu mai eşti corp.

Se pot întâmpla şi accidente. Asculţi muzică şi brusc eşti absorbit în ea, ai uitat de corp. Eşti plin de muzică şi ai devenit una cu aceasta. Acolo nu mai există un ascultător: ascultătorul şi ascultatul au devenit una. Doar muzica există; tu nu te mai afli acolo. Te-ai extins. Acum curgi cu notele muzicale, în acele clipe, pentru tine, nu mai există limite. Notele se dizolvă în tăcere şi tu te dizolvi odată cu ele. Corpul este uitat.

Ori de câte ori uiţi de corp, el este înlăturat în mod inconştient şi atunci îţi apare fericirea. Însă prin tantra sau yoga poţi face acest lucru în mod metodic. Acela nu va mai fi un accident; atunci tu vei fi stăpân pe situaţie. Fenomenul nu ţi se va mai întâmpla în mod aleator, ci tu vei avea cheia şi poţi deschide uşa oricând doreşti. Sau poţi lăsa uşa să fie deschisă veşnic şi să arunci cheia; nu mai ai nevoie să o închizi vreodată.

Fericirea apare şi în viaţa obişnuită, dar tu nu ştii cum se întâmplă aceasta. Ea apare doar când nu eşti corp – ţine minte acest lucru. Imediat ce simţi că eşti fericit, fii conştient şi vei vedea că nu te mai afli în corp. Nu vei fi în

el. Oriunde este fericirea, trupul nu mai este. Dar nu înseamnă că dispare – va rămâne, dar tu nu mai eşti ataşat, nu mai eşti limitat de el. Ai evadat.

Este posibil ca acest fenomen să se producă datorită muzicii sau datorită unui răsărit de soare, râsului unui copil sau iubirii. Nu contează cauza, important este că ai reuşit să evadezi. Corpul nu dispare, dar este înlăturat; nu mai eşti ataşat de el. Ai zburat.

Prin această tehnică reuşeşti să cunoşti faptul că cel care este pretutindeni nu poate suferi; el este fericit, este fericirea însăşi. Cu cât devii mai restrâns, cu atât vei fi mai suferind. Expansionează-te, înlătură-ţi limitele şi părăseşte corpul ori de câte ori ţi se iveşte ocazia. Priveşti cerul şi pe el cum plutesc norii: mişcă-te odată cu ei şi lasă corpul să rămână pe pământ. Uită-te la Lună: mişcă-te odată cu ea.

Oricând poţi uita de corp, nu pierde ocazia să o faci – pleacă într-o călătorie. Şi apoi vei înţelege ce înseamnă să fii afară din trup.

Iar totul nu este decât o chestiune de atenţie. Ataşamentul este o chestiune de atenţie. Dacă dai atenţie corpului, eşti ataşat. Când atenţia s-a îndepărtat, nu mai eşti ataşat.

De exemplu, joci hochei, fotbal, volei sau orice vrei. Când eşti absorbit de joc, atenţia ta nu se mai află asupra corpului. Dacă se întâmplă ca cineva să te lovească la picior, nici nu vei fi conştient de acest lucru. Durerea există, dar tu nu eşti acolo. Sângele curge, dar tu te afli afară din corp. Conştiinţa, atenţia ta există în altă parte, poate că zboară odată cu mingea. Atenţia ta se află în altă parte. Meciul se sfârşeşte şi brusc revii în corp – imediat conştientizezi sângele şi durerea. Apoi, chiar te întrebi cum de s-a petrecut acel accident – cum de tu nu ai ştiut acest lucru?

Pentru a fi în corp este nevoie ca atenţia să fie îndreptată spre corp. Deci, ţine minte – oriunde se află atenţia, acolo eşti şi tu. Dacă atenţia este în nori, acolo vei fi; când este într-o floare, acolo eşti şi tu. Poate fi în bani, dar acolo vei fi şi tu. Atenţia este fiinţa ta. Iar când aceasta

nu este focalizată undeva anume, tu vei fi peste tot.

Aşadar, întregul proces al meditaţiei este acela de a te afla într-o stare a conştiinţei unde atenţia nu este focalizată într-un punct anume unde ea nu mai are niciun obiect asupra căruia să cadă. Astfel, corpul nu mai există. Atenţia ta este cea care creează ataşamentul. Atenţia ta este corpul tău. Şi când aceasta nu se mai opreşte asupra unui obiect, tu vei fi peste tot – fericirea îţi apare. De fapt, nu este bine spus că îţi apare: tu eşti ea. Acum nu te mai poate părăsi: este chiar fiinţa ta. Libertatea este fericire; de aceea şi există atât de multă luptă pentru libertate.

85. Dacă nu te gândeşti la niciun lucru vei transcende limitele eului.

Asta este ceea ce spuneam şi eu. Dacă nu există niciun obiect în atenţia ta, tu nu eşti nicăieri; sau eşti pretutindeni – eşti liber. Tu ai devenit libertatea. Această a doua sutra spune: *Gândindu-te la niciun lucru* – sau negândind nimic – *vei dezlimita sinele-limitat*.

Când nu gândeşti eşti nelimitat. Gândirea te limitează şi este bine să ştii că există mai multe feluri de limite. Faptul că eşti un hindus îţi impune o limită. A fi un hindus înseamnă a fi ataşat de un anumit model, de un anumit gând. Eşti creştin – acum eşti din nou limitat. Un om cu adevărat religios nu poate fi hindus sau creştin. Iar când cineva este creştin sau hindus, el nu este religios – este imposibil, deoarece toate acestea sunt doar nişte gânduri. Un om religios este acela care nu este limitat de gânduri sau de vreun sistem anume; nu este limitat de minte – trăieşte în nemărginire.

Când ai un anumit gând, acela devine o barieră. Poate fi un gând minunat – dar totuşi este un obstacol. O închisoare rămâne o închisoare, chiar dacă este foarte frumos zugrăvită. Poate fi un gând extraordinar de înălţător, dar nu contează, te va închide în acelaşi mod ca şi celelalte. Şi ori de câte ori eşti ataşat de gânduri, vei fi mereu împotriva cuiva – deoarece barierele nu pot exista până când nu eşti împotriva cuiva. Un gând reprezintă o judecată; el este întotdeauna împotriva sau în favoarea

unui lucru.

Am auzit că un fermier era sărac, dar şi foarte religios. Era creştin şi aparţinea cultului Societatea Prietenilor – era un quaker. Quakerii sunt nonviolenţi şi cred în iubire, în prietenie. Dar într-o zi tocmai venea din oraş în căruţa sa trasă de un măgar, când brusc măgarul nu a mai vrut să meargă mai departe. Fermierul a încercat să îl convingă să pornească la drum, a încercat să îl convingă într-un mod foarte prietenesc, iubitor, a încercat totul creştineşte. Fiind un quaker nu putea să bată sau să folosească cuvinte murdare; nu putea să abuzeze de bietul animal, dar totuşi era plin de furie.

Însă cum să îl bată?

Era roşu de furie şi i-a spus: „Ascultă! Pentru că sunt un quaker nu te pot bate, nu pot fi violent – dar ţine minte, măgarule, că te pot vinde cuiva care nu este creştin!”

Creştinii îşi au propria lor lume, iar cei care nu sunt creştini sunt împotriva lor. Un creştin nu poate concepe ca o persoană de altă religie să poată ajunge în împărăţia lui Dumnezeu. Un hindus nu poate concepe asta, un jainist la fel – este imposibil ca alţii să poată intra în tărâmul fericirii. Gândul creează o limitare, o barieră şi toţi cei care sunt în favoarea ei, sunt consideraţi duşmanii acesteia. Cel care nu este de acord cu mine, este împotriva mea.

Cum ai putea să fii peste tot? Te poţi alia cu un creştin sau cu un hindus, dar atunci nu poţi fi şi cu un musulman. Gândul este mereu împotriva sau în favoarea unui lucru. Acesta nu poate fi total. Ţine minte: gândul nu poate fi total; doar non-gândul poate fi total.

În al doilea rând: gândul porneşte întotdeauna din minte, el este un produs al minţii. El reprezintă atitudinea ta, este prejudecata ta, speculaţia, formularea, conceptul sau filosofia ta, dar nu este existenţa în sine. El vorbeşte despre existenţă, dar nu este existenţa.

O floare există. Însă poţi spune ceva despre ea – acesta este un gând. Poţi spune că este frumoasă, urâtă sau sacră, dar orice vei spune nu este floarea însăşi.

Floarea există fără gândurile tale şi ori de câte ori te gândeşti la ea, atunci nu faci altceva decât să creezi o barieră între tine şi floare.

Floarea nu are nevoie de gândurile tale. Ea există. Renunţă la gânduri şi atunci vei putea să te cufunzi în floare. Nu are importanţă ceea ce spui despre un trandafir, deşi poate părea să aibă multă importanţă vor bele tale.

Nu are nimeni nevoie de cuvintele tale. Aceste vorbe nu îi oferă florii existenţă. Ele doar creează o barieră, o limitare, un obstacol. Deci, oricând apare gândul, tu eşti îndepărtat; uşa către existenţă îţi este închisă.

Sutra spune: *Dacă nu te gândeşti la niciun lucru vei transcende limitele eului*.

Dacă nu gândeşti, dacă doar *eşti*, dacă eşti pe deplin atent şi conştient fără să fii umbrit de niciun gând, atunci eşti nelimitat. Corpul acesta nu este singurul corp – un trup mai profund este mintea. Corpul este constituit din materie, însă la fel este şi mintea – doar că materia ei este mai subtilă, mai rafinată. Corpul este stratul exterior, mintea este stratul interior. Este mai uşor să te detaşezi de corp decât de minte, deoarece prin minte te simţi mai mult pe tine însuţi.

Dacă cineva îţi spune că ai corpul bolnav, nu te simţi prea ofensat. Nu te simţi foarte mult ataşat de el, acesta este mai îndepărtat de tine. Dar când îţi spune că ai mintea bolnavă, imediat te vei simţi ofensat. El te-a insultat. Tu eşti mai aproape de minte. Poţi tolera orice s-ar spune despre corp. Dar când cineva spune ceva despre minte, atunci nu mai poţi suporta, deja ai fost atins în profunzime.

Mintea este stratul interior al corpului. Mintea şi corpul nu sunt două: stratul exterior este trupul şi cel interior este mintea. Este la fel ca o casă: poţi vedea casa din interior, dar şi din exterior. De afară vezi stratul exterior al zidurilor, iar din interior pe cel interior.

Mintea este stratul tău interior. Ea se află mai aproape de tine, dar este tot un corp. În moarte, corpul exterior este distrus, dar continui să îl cari cu tine pe cel

interior. Tu eşti atât de ataşat de acesta încât nici moartea nu te poate separa de el. Mintea persistă. Acesta este şi motivul pentru care pot fi cunoscute vieţile anterioare. De exemplu, dacă într-o viaţă anterioară ai fost câine, mintea va păstra această experienţă. Dacă ai fost un copac, experienţele trăite vor exista în interior. Şi omul este atât de ataşat de acele experienţe încât nu le pierde niciodată.

Prin moarte doar exteriorul se dizolvă, interiorul încă va exista. Materia interioară este foarte subtilă. De fapt, sunt doar vibraţii de energie, vibraţii ale gândurilor. Tu eşti cel care le cari după tine şi fiecare naştere sau corp este obţinut în conformitate cu ceea ce duci în interior. Astfel creezi un alt corp care să echivaleze cu dorinţele interioare – cu mintea. Totul este înregistrat în minte şi stratul exterior este recreat conform minţii fiecăruia.

În prima sutră se vorbeşte despre înlăturarea corpului. În această a doua sutră trebuie să înlături mintea. Nici chiar moartea nu te poate separa de minte – doar meditaţia o poate face. De aceea, meditaţia este o moarte mai măreaţă, este o chirurgie mai profundă – tocmai acesta este şi motivul pentru care fiecăruia îi este frică de ea.

Oamenii vorbesc despre meditaţie, dar nu o practică niciodată. Toţi vorbesc, scriu, o predică, dar nimeni nu o practică. Frica de meditaţie reprezintă chiar frica de moarte.

Mulţi dintre cei care meditează ajung într-un punct mort. Îmi spun: „Nu mai putem merge mai departe. Ne este imposibil”. Acest punct este foarte important – în el simţi că mori. Şi este mai profund decât orice moarte, deoarece atunci începe să se separe, să se împrăştie identitatea interioară.

Acum vei simţi că mori, că te îndrepţi spre non-existenţă. În faţa ta se deschide un abis, o goliciune infinită. Atunci te sperii şi te întorci înapoi pentru a te agăţa de corpul minţii; astfel vei încerca să nu fii aruncat în prăpastie. Dar aceea este vacuitatea.

Chiar şi când încearcă să mediteze, oamenii o fac în

mod superficial – se joacă cu meditaţia. Există totuşi intuiţia prin care simţi că dacă pătrunzi acolo vei dispărea. Chiar aşa se întâmplă, frica este naturală – nu vei mai fi din nou tu însuţi. Odată ce ai cunoscut abisul, *shunya*, vacuitatea, nu vei mai fi acelaşi.

Te întorci înapoi, dar eşti altul – ai reînviat. Vechiul a dispărut. Acum nu vei mai putea găsi nimic, nicio urmă care să îţi arate pe unde ai dispărut. Vechiul are identitate doar prin minte. Dar atunci nu mai poţi fi identificat cu mintea. Vei putea folosi corpul şi mintea, însă vor fi doar nişte instrumente; tu te afli deasupra lor. În orice vei face nu vei mai fi una cu ele. Acest lucru îţi oferă libertate. Dar este oferită doar când nu te gândeşti la niciun lucru?

Este paradoxal: Dacă nu te gândeşti la niciun lucru. Mintea poate gândi, deci cum să nu gândeşti lucrurile? Ce înseamnă acest „niciun lucru”? Şi cum te poţi gândi la asta? Când te gândeşti la ceva, acela devine un obiect, devine un lucru, un gând şi gândurile sunt lucruri. Cum să nu te gândeşti la niciun lucru? Nu ai cum, dar în chiar acest efort – în efortul de a nu gândi la niciun lucru – gândirea se va pierde, se va dizolva.

Poate că ai auzit de koan-uri – un fel de strofe aparent lipsite de sens. Maeştrii zen le folosesc foarte des. Nu te poţi gândi la un koan. Dar acesta este dat tocmai pentru a opri gândirea. De exemplu, i se spune căutătorului: „Du-te şi află care este faţa ta originară – chipul avut înainte să te naşti. Nu te gândi la faţa pe care o ai acum; gândeşte-te la chipul pe care l-ai avut înainte de naştere”.

Cum te poţi gândi la aceasta? înainte de naştere nu exista niciun chip, el a apărut la naştere. Faţa este o parte a corpului. Tu nu ai un chip, doar corpul are. Închide ochii şi nu vei găsi în interior nicio faţă. Dacă te uiţi în oglindă îţi vei vedea chipul. Însă faţa ta originară nu o cunoşti şi nici nu o poţi cunoaşte, deci cum te-ai putea gândi la aşa ceva? Dar se poate încerca; şi chiar acest efort va fi de ajutor.

Căutătorul va încerca mereu – dar îi este imposibil.

Va veni de multe ori la maestru încercând să îi descrie ceea ce crede că a descoperit. Dar înainte de a deschide gura, maestrul îi va spune: „Nu este bine. Orice vrei să spui este greşit”.

Discipolul va căuta luni de zile. Va găsi o imagine sau alta şi va întreba: „Oare aceasta este faţa originară?” Maestrul îi va răspunde: „Nu”. Şi primind mereu acelaşi răspuns, el va deveni din ce în ce mai surprins. Va înţelege că nu se poate gândi la aşa ceva. Va încerca mereu, însă de fiecare dată va da greş. Iar lucrul cel mai important este chiar această nereuşită. Într-o zi va ajunge să renunţe. Şi chiar în acea nereuşită gândirea se va opri şi discipolul va realiza că faţa originară nu poate fi gândită. Gândirea încetează.

Atunci maestrul este cel care îi spune: „Nu mai este nevoie să cauţi. Acum văd faţa originară”. Ochii au devenit goi; căutătorul nu mai vine pentru a spune ceva, ci doar pentru a fi aproape de maestru. El nu a găsit niciun răspuns. Nici nu se putea găsi vreunul. Pentru prima dată a devenit tăcut.

De fiecare dată când revenea la maestru, el avea câte un răspuns. Mintea, gândirea încă persista – era limitat de gânduri. Nu făcea altceva decât să creeze sau să îşi imagineze un chip – şi era limitat tocmai de acesta. Acum însă a devenit originar; limitele au dispărut. Aceasta este starea non – mentală.

În această stare, eul limitat este nelimitat. Limitele se dizolvă. Brusc tu vei fi pretutindeni. Deodată te vei afla în toată existenţa: în copaci, pietre, prieteni şi în duşmani – tu eşti peste tot. Întreaga existenţă a devenit doar o oglindă în care eşti oglindit de peste tot. Iată starea beatitudinii. Acum nimic nu te mai poate tulbura, deoarece nu există nimic în afară de tine. Absolut nimic nu te mai poate distruge, pentru că tu eşti totul. Moartea a dispărut, deoarece chiar şi în moarte tot tu exişti. Nu mai ai un opus. Singur, tu exişti.

Această singurătate a fost denumită de Mahāvīra *kaivalya* – singurătatea totală. De ce singur? Deoarece

totul este absorbit în tine. Starea aceasta poate fi exprimată în două feluri – poţi spune: „Aham Brahmasmi – eu sunt Dumnezeu, Divinul, Totalul. Întregul s-a revărsat în mine; toate râurile s-au dizolvat în oceanul meu. Eu singur exist. Nimic altceva nu există. „Acelaşi lucru îl spun sufiştii; musulmanii însă nu au putut niciodată înţelege o astfel de afirmaţie. Un sufit spune: „Dumnezeu nu există. Doar eu exist" – sau: „Eu sunt Dumnezeu". Afirmaţia lor reprezintă un mod pozitiv de a spune că nu mai este posibilă nicio separare. Buddha foloseşte termeni negativi: „Eu nu mai sunt. Nimic nu există".

Ambele sunt adevărate, deoarece când totul este inclus în mine, atunci nu mai are niciun sens să mă numesc pe mine „eu".

Eul este întotdeauna opus „tu"-ului. El are sens doar atunci când se află în relaţie cu „tine". Dar când acolo nu mai persistă niciun „tu", atunci nici „eu"-l nu mai are sens. Deci, Buddha spune că nu există nimic.

Ori ai devenit întregul, ori non-existent. Amândouă sunt reale. Bineînţeles, nicio afirmaţie nu poate fi pe deplin adevărată; tocmai de aceea şi opusul ei este de asemenea adevărat. Ţine bine minte: datorită faptului că fiecare exprimare este parţială, opusul acesteia este la fel de adevărat. Ceea ce exprimi poate fi adevărat, dar la fel de adevărat poate fi şi opusul său. Chiar este, trebuie să fie adevărat, deoarece fiecare exprimare reprezintă o parte a întregului.

Poţi alege între cele două moduri de exprimare care îţi este mai potrivit: pozitivul sau negativul. Când alegi pozitivul, negativul pare să nu fie adevărat. Dar nu este aşa; el este complementar. Dar nu este opus pozitivului. Deci, ori că spui Brahman, Absolutul, ori că spui nirvāṇa, nimicul, Vacuitatea – este acelaşi lucru. Ambele indică spre aceeaşi experienţă; iar experienţa „este una singură: *dacă nu te gândeşti la niciun lucru, vei ajunge să cunoşti ceea ce există*.

Trebuie înţelese câteva lucruri fundamentale în legătură cu tehnica despre care vorbim. Unul dintre ele

este chiar următorul: când gândeşti eşti separat de existenţă. Gândirea nu este o relaţie, nu este o comuniune, un pod – ci o barieră. Prin non-gândire te afli în comuniune. Când vorbeşti, comuniunea a dispărut. Chiar acea vorbărie devine o barieră. Şi cu cât vorbeşti mai mult, cu atât te îndepărtezi mai mult. Doar dacă stai tăcut lângă cineva te afli în legătură cu el. Iar în clipa în care tăcerea este cu adevărat profundă şi în minte nu se mai află niciun gând – când ambele minţi sunt pe deplin tăcute – atunci voi sunteţi unul.

Două zerouri nu pot fi două. Două zerouri devin unul. Dacă adaugi două zerouri unul altuia, acestea nu devin două, ci un singur zero. Şi, de fapt, un zero nu poate fi mai mare sau mai mic. Un zero este doar un zero. Nu poţi adăuga sau lua ceva din el. Un zero este un întreg. Ori de câte ori stai tăcut lângă altă persoană, voi sunteţi unul. Iar când eşti tăcut faţă de existenţă, ai devenit una cu ea.

Acelaşi lucru îl spune şi tehnica aceasta: *fii tăcut faţă de existenţă şi îl vei cunoaşte pe Dumnezeu*. Singurul dialog posibil cu existenţa este tăcerea. Dacă vorbeşti, pierzi. Vei fi învăluit de propriile tale gânduri.

Încearcă. Experimentează cu orice – chiar şi cu o piatră. Fii tăcut faţă de ea – acolo va apărea comuniunea. Veţi pătrunde profund unul în celălalt. Secretele tale vor fi dezvăluite pietrei şi ea, la rândul ei, îţi va dezvălui secretele sale. În preajma ei nu poţi folosi limbajul. Ea nu cunoaşte niciun fel de limbaj. Imediat ce foloseşti vreun limbaj, vei pierde legătura.

Omul şi-a pierdut complet tăcerea. Chiar şi când nu faci nimic, tot nu eşti tăcut; mintea continuă în permanenţă să facă câte ceva.

Datorită acestei constante vorbării interioare nu ajungi să te afli în relaţie cu nimeni. Singurul motiv pentru care nu ai nicio legătură cu cei pe care îi iubeşti este vorbăria.

Te afli lângă soţie, dar în minte continui să vorbeşti; acelaşi lucru îl face şi ea. Amândoi pălăvrăgiţi. Astfel ajungi să te îndepărtezi de ea. Sunteţi ca două stele

îndepărtate una de cealaltă. Iar după un timp, începi să simţi că între voi nu mai există intimitate – atunci începi să dai vina pe soţie şi ea să arunce vina pe tine: „Tu eşti cel care nu mai iubeşte”.

Dar nu aceasta este problema. Iubirea nu este posibilă în vorbărie. Iubirea este o înflorire a tăcerii. Ea înfloreşte doar în tăcere, în comuniune. Când nu poţi sta fără gânduri, nu poţi iubi – astfel este imposibil să mai ajungi la rugăciune. Noi pălăvrăgim chiar şi când ne rugăm. Pentru noi, rugăciunea nu este altceva decât o sporovăială cu Dumnezeu.

Am devenit atât de condiţionaţi de această vorbărie încât chiar şi în clipa în care mergem la biserică sau la templu continuăm să vorbim. Iar acolo începem să pălăvrăgim cu Dumnezeu. Este un non-sens absolut. Dumnezeu, Existenţa nu îţi poate înţelege limbajul. Existenţa înţelege doar un singur limbaj – cel al tăcerii. Şi aceasta nu este nici sanscrită, nici arabă, nici engleză şi nici hindusă. Este universală; ea nu aparţine cuiva anume.

Pe Pământ există cel puţin patru mii de limbi şi toţi sunt închişi în propriul lor limbaj. Dacă niciunul dintre noi nu cunoaşte limba celuilalt, atunci nu ne putem afla în legătură. Suntem nişte străini. Nu putem penetra unul în celălalt, nu ne putem înţelege, nu ne putem iubi. Şi acest lucru se întâmplă datorită faptului că nu cunoaştem un limbaj universal – tăcerea.

Doar prin tăcere poţi să fii legat de cineva. Iar când cunoşti acest limbaj, atunci poţi fi legat de orice, deoarece copacii sunt tăcuţi, pietrele, cerul este tăcut – este ceva existenţial. Tăcerea nu este numai umană, ci este existenţială. Toate lucrurile cunosc tăcerea; totul fiinţează în ea.

Piatra nu vorbeşte cu ea însăşi, dar tu o faci şi tocmai de aceea nu puteţi să vă aflaţi în legătură. Piatra este deschisă, este vulnerabilă. Ea te invită înăuntru, însă tu începi să vorbeşti şi ea nu mai poate înţelege sporovăiala ta – aceasta este bariera. Nu te poţi afla într-o legătură profundă nici măcar cu semenii tăi; intimitatea a dispărut.

Limbajul, cuvintele, ele distrug totul.

Meditaţia înseamnă tăcere: negândindu-te la nimic. Nu te mai gândeşti la nimic, doar fiinţezi eşti deschis, receptiv, iubitor. Atunci îţi va apărea iubirea infinită şi nu vei mai spune niciodată că nimeni nu te iubeşte. Orice vei face, vei simţi şi vei cunoaşte acest lucru – chiar dacă nu o vei spune.

Cei care se iubesc se întreabă mereu unul pe celălalt: „Tu mă iubeşti?” Fiecare se teme şi este nesigur de iubirea persoanei de lângă el.

Toţi vor să afle acest lucru, dar nu pot fi niciodată siguri, deoarece indiferent ce ar spune iubita sau iubitul, aceasta nu reprezintă o garanţie. Şi cum poţi şti dacă te păcăleşte sau nu? El poate argumenta, te poate convinge. Te poate convinge intelectual, dar inima nu poate fi convinsă. Iubiţii se află mereu în agonie. Ei nu pot fi convinşi că sunt iubiţi. Cum ai putea fi?

De fapt, prin limbaj nu există nicio posibilitate de a fi convins. Iar în prezent nu ştii să întrebi decât prin intermediul limbajului. Te afli lângă iubită şi nu trăieşti clipa prezentă, ci continui să gândeşti, să argumentezi, să pălăvrăgeşti mental. În acest mod nu vei fi niciodată convins şi nu vei simţi că eşti iubit; iar aceasta devine cea mai mare suferinţă. Dar acest lucru nu se întâmplă datorită faptului că nu te iubeşte cineva, ci pentru că te-ai închis singur în zidurile, în gândurile tale. Acolo nu mai poate pătrunde nimic. Gândurile nu pot fi străpunse – trebuie să le arunci chiar tu. Iar când faci acest lucru, întreaga existenţă va pătrunde în tine.

Această sutra spune: *Dacă nu te gândeşti la niciun lucru vei transcende sinele-limitat*.

Vei deveni nelimitat. Vei deveni întreg. Vei deveni universal, vei fi peste tot.

Şi atunci tu eşti fericirea însăşi. Acum nu reprezinţi nimic altceva decât o suferinţă. Iar cei care sunt mai şireţi se amăgesc singuri: ei vor părea cei mai fericiţi oameni, însă în interiorul lor vor spera ca ceva să se schimbe, să se transforme şi să atingă fericirea până la sfârşitul vieţii.

Momentan suferi. Poţi crea multe faţade false; poţi continua să zâmbeşti, dar în interiorul tău vei şti că te afli în suferinţă. Este ceva natural. Când eşti prins în capcana gândurilor este normal să suferi. Când eşti dincolo de ele – atent, treaz, conştient, neumbrit de gânduri – atunci vei fi fericirea, vei fi beatitudinea.

58. TRECI DINCOLO DE KARMĂ

29.VI.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Nu sunt scurtăturile împotriva lui Tao?
2. De ce nu suntem toţi iluminaţi?
3. Scurtăturile reprezintă tot o voinţă a Divinului?
4. Poţi defini „non-acţiunea”?

1. Tehnicile sunt revoluţionare şi reprezintă nişte scurtături, dar astfel nu sunt împotriva naturii – *swabhava* – împotriva lui Tao?

Sunt. Ele sunt împotriva lui Tao, sunt împotriva stării de *swabhava*. Orice efort este împotriva lui Tao. Dacă laşi totul în seama naturii, Tao, atunci nu mai este nevoie de nicio tehnică, deoarece aceasta este ultima tehnică. Dacă poţi lăsa totul în seama lui Tao, aceasta este cea mai mare renunţare, cel mai înalt abandon. Îţi predai viitorul, posibilităţile tale, pe tine însuţi. Renunţi la timp şi la eforturi. Dar înseamnă să aştepţi – la infinit.

Când poţi lăsa lotul în seama naturii, atunci tu nu mai faci nimic. Doar pluteşti. Eşti într-o relaxare profundă. Atunci ţi se întâmplă totul, dar nu mai faci niciun efort pentru aceasta – nici nu mai cauţi. Dacă se întâmplă ceva, bine; dacă nu se întâmplă nimic, iarăşi bine – nu mai alegi. Orice se întâmplă, se întâmplă; tu nu mai aştepţi nimic şi bineînţeles că nici nu vei mai suferi niciun fel de frustrări.

Viaţa curge, iar tu pluteşti în ea. Nu ai niciun scop de atins, deoarece prin ţel apare şi efortul. Nu mai ai unde să te duci – dacă ai avea va trebui să depui un efort pentru aceasta. Acum nu mai ai niciun ideal; nu ai nimic de atins – ai abandonat totul.

În acel moment de dăruire totul ţi se va întâmpla. Efortul are nevoie de timp, dar nu şi abandonul. Tehnica

necesită timp, abandonul nu are nevoie de el. De aceea o denumesc ca fiind tehnica finală.

Este o non-tehnică. Nu o poţi practica – nu poţi practica dăruirea. Dacă o practici, aceasta nu mai este o dăruire. Prin efort te bazezi pe tine însuţi; nu mai eşti neajutorat, ci încerci să faci ceva – chiar şi practicarea abandonului este tot o acţiune. Apoi urmează tehnica necesară practicii şi odată cu aceasta apare timpul şi viitorul.

Dăruirea este non-temporală, este mai presus de timp. Dacă reuşeşti chiar în acest moment să te abandonezi, atunci te afli în afara timpului şi este posibil să se întâmple totul. Însă nu tu eşti cel care cauţi sau doreşti să se întâmple. Nici nu mai te interesează dacă se întâmplă sau nu, vei fi complet detaşat.

Tao înseamnă dăruire – abandon către *swabhava*, către natură. Atunci tu nu mai eşti. Tantra şi yoga sunt nişte tehnici. Prin ele vei ajunge la natură, dar este un proces diferit. În cele din urmă va trebui să te abandonezi, dar aceasta se va întâmpla la sfârşit; prin Tao, abandonul se produce încă de la început.

Dacă o poţi face chiar acum, nu mai ai nevoie de nicio tehnică. Însă când vii şi mă întrebi cum să te dăruieşti, atunci ai nevoie de tehnică. Foarte rar se naşte un om care se poate abandona direct – doar unul la câteva milioane. Când întrebi „cum”, atunci află că tu nu te poţi abandona, deoarece chiar prin acel „cum” nu faci altceva decât să ceri o tehnică.

Tehnicile despre care vorbim există pentru toţi cei care nu pot scăpa de acest „cum”. Ele sunt create tocmai pentru a te scăpa de frica de „cum” să faci ceva. Dar când te poţi abandona fără să mai întrebi nimic, atunci nu îţi mai trebuie nicio tehnică. Însă nici nu ai mai fi venit la mine, te-ai fi abandonat singur, deoarece pentru dăruie nu ai nevoie de un învăţător. Un maestru te poate învăţa doar cum să practici tehnicile.

Fiecare căutare este o goană după tehnici. Prin întrebarea ta se vede foarte clar faptul că ceri o metodă, o

tehnică. Altminteri nu ai mai avea ce să întrebi. Chiar această căutare arată că ai nevoie de o tehnică.

Dar nu înseamnă că nu poţi atinge finalul şi fără o tehnică; este posibil, dar foarte puţine persoane au reuşit. Secretul este următorul: în vieţile trecute au căutat şi încercat nenumărate tehnici şi metode, iar acum s-au săturat, pur şi simplu s-au plictisit să mai depună vreun efort. Apare un punct de saturaţie cu ajutorul căruia te poţi abandona.

Oricum tehnica este necesară. Un Krishnamurti poate spune că nu este nevoie de nicio tehnică – dar nu ar fi putut spune acelaşi lucru într-o viaţă anterioară. Şi chiar în această viaţă el a lucrat cu foarte multe tehnici. Cu ajutorul tehnicilor poţi ajunge la un punct în care să te poţi abandona – dar până acolo va trebui să te foloseşti de ele.

Tehnicile sunt împotriva lui Tao, pentru că tu eşti împotriva lui Tao. Trebuie să fii de-condiţionat. Când te afli în Tao nu mai ai nevoie de nicio tehnică. Dacă eşti sănătos, ce nevoie mai ai de medicamente? Orice medicament este împotriva sănătăţii.

Problema este că acum eşti bolnav şi ai nevoie de medicamente. Acestea vor omorî boala. Ele nu îţi pot oferi sănătatea în mod direct, dar imediat ce boala este înlăturată, acolo apare sănătatea. În mod normal fiecare medicament este o otravă – problema este că acum ai deja în interior o otravă şi ai nevoie de un antidot. Medicamentul va echilibra totul şi apoi va fi restabilită sănătatea.

O tehnică nu îţi va oferi Divinitatea, nu îţi va dărui natura ta, ci va distruge tot ceea ce ai adunat în jurul naturii tale. Ea doar te va de-condiţiona. Acum eşti condiţionat şi nu poţi să faci saltul în dăruire. Dacă o poţi, atunci este foarte bine – dar nu o poţi face. Condiţionarea va întreba: „Cum?” Atunci tehnicile îţi vor fi de ajutor.

Când cineva trăieşte în Tao, atunci nu este nevoie nici de tantra, nici de yoga, nici de religie. Un astfel de om care nu mai are nevoie de niciun medicament, este perfect sănătos. Fiecare religie este o medicină. Când lumea va

trăi total în Tao, religiile vor dispărea. Atunci nu va mai fi nevoie de Buddha sau Iisus, deoarece fiecare va fi un Buddha sau un Iisus. Problema este că în prezent ai nevoie de aceste tehnici. Ele reprezintă antidotul.

Mintea este atât de complicată încât ajunge să răstălmăcească tot ce aude.

Dacă spun: Tao se află chiar aici şi acum: nu trebuie să practici nimic, doar sări şi abandonează-te" – Îmi vei spune: „Cum? Cum să mă abandonez?" Iar când îţi ofer o metodă care să îţi răspundă la acest „cum", mintea va ridica alte întrebări: „Dar nu sunt metodele sau tehnicile împotriva naturii, împotriva lui Tao? Dacă natura mea este divinitatea, atunci cum poate fi aceasta atinsă printr-o tehnică? Din moment ce natura mea se află deja aici, înseamnă că tehnicile sunt complet nefolositoare. De ce să mai pierd timpul cu tehnicile?" Priveşte şi tu la această minte!

Îmi aduc aminte de o întâmplare hazlie. Un om l-a rugat pe compozitorul Leopold Godowsky să vină acasă la el şi să o audieze pe fiica sa care învăţa să cânte la pian. Godowsky a ascultat-o răbdător şi când a terminat, tatăl ei, radiind de bucurie şi cu lacrimi în ochi, i-a spus lui Godowsky: „Nu este minunat?"

Godowsky a răspuns: „Ea este minunată. Are o tehnică minunată. Nu am văzut pe nimeni vreodată să cânte piese atât de simple cu o dificultate atât de mare. Are o tehnică uimitoare. Atât de multă dificultate pentru piese atât de simple! Aşa ceva nu am mai văzut niciodată!"

Acelaşi fenomen se întâmplă şi în minte. Vei face ca orice lucru simplu să devină complicat şi dificil. Iar aceasta este o măsură de siguranţă, de apărare, deoarece atunci nu vei mai porni la drum – mai întâi va trebui să rezolvi dificultatea, problema apărută şi apoi vei putea porni la drum.

Când îţi spun să te abandonezi, vei întreba cum să faci acest lucru. Deci, până când nu îţi răspund la acest „cum", în ce mod crezi că te vei putea abandona?

Şi imediat ce îţi ofer o tehnică, mintea va crea

instantaneu o altă problemă: „Dar de ce o tehnică? Tao este acolo, Dumnezeu se află înăuntrul fiecăruia dintre noi; de ce mai trebuie să depun un efort? De ce mai trebuie să caut? Până când am răspunsul la această problemă nu pot face nimic”.

Ţine minte: poţi continua la nesfârşit acest cerc vicios. Însă va trebui să ieşi din el. Fii decis, deoarece numai prin hotărâre se naşte umanitatea interioară. Doar prin aceasta devii uman. Fii decis. Dacă te poţi abandona, atunci fă-o. Dacă nu poţi atunci nu mai crea tot felul de probleme filosofice – foloseşte o tehnică.

Abandonul va apărea în ambele cazuri. Dacă te poţi abandona chiar acum, atunci este în regulă. Când nu o poţi face, atunci treci la practică – ai nevoie de ea. Tehnicile sunt necesare tocmai din cauza ta, nu din cauza naturii. Tao nu are nevoie de niciun fel de practică, de niciun fel de tehnici. Acestea sunt necesare din cauza ta. Ele te vor distruge. Prin ele vei muri şi astfel va fi dezvăluită natura ta interioară. Tu trebuie să fii complet distrus.

Însă dacă poţi face acest lucru direct, printr-un salt – atunci abandonează-te. Dacă nu poţi – atunci acţionează prin tehnici.

Dar ţine minte un lucru: mintea poate crea probleme, iar acestea nu sunt altceva decât trucuri – şmecherii prin care se amână decizia. Iar dacă mintea nu este decisă, tu nu te vei simţi absolut deloc vinovat. Vei spune sau vei simţi: „Ce pot face? Ce să fac dacă nu este nimic clar?” Mintea poate crea în jurul tău tot felul de nori şi ea nu te va lăsa niciodată să fii transparent – atâta timp cât nu te decizi singur. Odată cu această decizie vor dispărea şi norii. Mintea este foarte diplomatică, este extrem de înclinată spre politică. Este foarte şireată şi vicleană. Şi toate şmecheriile sale nu le încearcă pe altcineva decât pe tine.

Am auzit că Mulla Nasruddin s-a dus să îşi viziteze fiul şi nora. Plecase cu gândul să stea doar trei zile, dar a rămas o săptămână. După ce a trecut săptămâna, a mai stat o lună. Tinerii începuseră să se îngrijoreze – cum să

scape de bătrân? În cele din urmă au pus la cale un plan.

Soţul a spus: „Diseară tu vei face o supă şi eu voi spune că este prea sărată şi că nu poate fi mâncată. Apoi mă vei contrazice şi vom începe să ne certăm, după care îl vom întreba pe el care este părerea sa. Dacă este de acord cu mine, te vei supăra şi îi vei spune să plece. Dacă va fi de acord cu tine, eu mă voi supăra şi îi voi spune să plece imediat”. Supa a fost preparată şi au început să se certe aşa cum plănuiseră. Şi apoi au ajuns la punctul culminant când tocmai erau gata să se lovească, dar Nasruddin stătea liniştit şi îi privea. Atunci fiul s-a întors spre tatăl său şi i-a spus: „Tată, tu ce spui? Este supa prea sărată sau nu?”

Nasruddin a sorbit o lingură cu supă, a meditat puţin şi apoi a spus:

„Pentru mine este perfectă”. Nu luase apărarea nimănui. Întregul plan s-a dovedit a fi nefolositor.

În acelaşi mod funcţionează şi mintea ta. Nu se înclină în nicio parte, pentru că dacă ar face-o, imediat ar trebui să îi urmeze acţiunea. Nu va fi de partea nimănui; va continua contrazicerea. Nu va decide niciodată nimic, se va afla mereu la mijloc. Va contrazice totul, dar nu va lua nicio decizie. Şi poţi continua la infinit această contrazicere. Doar decizia te va împinge la acţiune şi doar acţiunea va deveni o transformare.

Când eşti cu adevărat interesat de o profundă revoluţie interioară, atunci fii decis – şi nu mai continua să amâni. Nu fi prea filosofic; acest lucru este periculos pentru un căutător. Pentru cel care nu caută cu adevărat şi vrea doar să piardă timpul, atunci acesta este chiar un joc plăcut. Dacă îţi poţi permite, atunci filosofia este o afacere bună. Dar nu cred că există cineva care îşi poate permite un asemenea joc.

Aşadar fii decis. Dacă te poţi abandona, atunci fă-o şi acolo nu va mai exista niciun „cum”. Dacă nu poţi, atunci practică o tehnică, deoarece doar prin aceasta vei putea ajunge la un punct în care să poată apărea abandonul, dăruirea.

A

2. În cursul natural al vieţii, după milioane de vieţi, omul ajunge iluminat. Dar este posibil ca noi să fi trecut deja prin milioane de vieţi şi totuşi nu suntem iluminaţi. De ce?

Nu poţi întreba de ce. Poţi pune o astfel de întrebare doar când faci ceva. Dacă natura acţionează în vreun fel, tu nu poţi întreba de ce a făcut-o. Iar natura nu este responsabilă; nu are de ce să îţi răspundă. Este complet tăcută.

Pentru ea, milioane de vieţi nu înseamnă nimic – acestea pot să însemne doar câteva secunde. Pentru tine aceste milioane de vieţi reprezintă o istorie îndelungată, însă pentru natură nu înseamnă nimic. Natura nu este îngrijorată şi nu este interesată de tine în mod particular. Ea continuă să lucreze – într-o zi se va întâmpla, dar nu poţi întreba de ce – deoarece natura este tăcută.

Dacă eşti îngrijorat că nu s-a produs iluminarea până acum, atunci trebuie să faci ceva. Dacă a pătruns în tine această grijă, înseamnă că este necesar să faci ceva. Doar acţiunea proprie este cea care te poate ajuta să ajungi la un punct în care să apară realizarea. Căile naturii sunt foarte lente, foarte răbdătoare. Acolo nu există niciun fel de grabă, deoarece pentru ea nu este limita timpului – este eternă. În natură nu există început şi sfârşit. Dar omul a ajuns la un punct: el a devenit conştient, el a început să întrebe.

Un copac nu întreabă niciodată – nici chiar copacul *bodhi* sub care s-a iluminat Buddha nu întreabă: „Dar eu de ce nu am devenit iluminat? Pentru că şi eu am existat de milioane de ani ca tine, Gautama. De ce?”

Copacul este absolut natural. Întrebările îl fac pe om să devină nenatural. Nenaturalul te-a învăluit: ai început să întrebi de ce nu s-a întâmplat încă nimic.

Această întrebare este bună, deoarece ea te poate duce la un punct în care să începi să lucrezi asupra propriei persoane. Şi omul nu poate lăsa acest lucru în mâna naturii, deoarece el a devenit conştient. De aceea a

şi reuşit omul să creeze religiile. Niciun animal nu are vreo religie, nu este nevoie – /V

ele nu întreabă, nu se grăbesc. În natură totul este lipsit de grabă – totul se mişcă atât de încet de parcă nici nu s-ar mişca deloc; se repetă continuu acelaşi model, o spirală cu un pas extrem de mic.

Omul a devenit conştient. El a devenit conştient de timp şi în momentul în care devii conştient de timp eşti aruncat din eternitate. Atunci te grăbeşti. Cu cât conştiinţa omului evoluează mai mult, cu atât devine mai grăbit, devine mai conştient de timp. O societate primitivă nu este conştientă de timp. Cu cât o societate este mai civilizată, cu atât va fi mai conştientă de timp. Timpul poate fi ales şi ca un criteriu: se poate cunoaşte dezvoltarea unei societăţi după cât este de conştientă faţă de timp. Atunci te vei afla mereu în grabă, nu poţi aştepta şi nu vei lăsa nimic în seama naturii. Trebuie să iei totul în mâinile tale.

Şi omul o poate face: el poate acţiona astfel încât întregul proces să fie grăbit. Tot ceea ce nu s-a întâmplat în milioane de ani, se poate întâmpla într – /V

un singur moment. Într-o singură clipă poţi deveni atât de intens încât vei traversa simultan milioane de ani şi de vieţi.

Este posibil – iar tu eşti îngrijorat tocmai din această cauză. Grija ta este un simptom care arată că nu actualizezi ceva care este potenţial – aceasta este grija pe care o ai, aceasta este dilema umană. Poţi face ceva şi totuşi nu faci – acest lucru creează o grijă interioară. Dacă nu o poţi face, atunci nu mai este nicio grijă, întrebarea nu va mai apărea niciodată. Însă chiar această grijă arată că, de fapt, este posibil chiar acum să faci saltul – poţi sări peste multe vieţi – şi totuşi nu sari.

Tu ai devenit conştient şi ai ajuns deasupra naturii. Conştiinţa este un fenomen nou. Ai ajuns deasupra naturii şi acum poţi evolua conştient. Evoluţia conştientă este revoluţia. Tu poţi acţiona. Nu eşti o marionetă sau o victimă. Îţi poţi lua destinul în propriile mâini. Acest lucru este posibil; dar tensiunea interioară îşi face apariţia

tocmai pentru că nu acţionezi deloc. Şi cu cât vei fi mai conştient de această posibilitate, cu atât mai mult vei simţi această grijă.

Un Buddha este extrem de îngrijorat; nu acelaşi lucru se poate spune şi despre tine. Buddha a suferit foarte mult. Până când nu a atins realizarea, el a trăit o viaţă de iad, deoarece ştia că ceva extraordinar este posibil, că acest ceva se află chiar în mâinile sale şi el simţea: „Încă nu am obţinut acel lucru.

Trebuie doar să întind mâna şi se va întâmpla – şi parcă mâna îmi este paralizată. Un pas şi voi ieşi afară – dar eu nu pot face acel pas. Îmi este frică să sar".

Când eşti aproape de final şi îl simţi, chiar îl poţi vedea, dar totuşi îl pierzi – atunci vei simţi angoasa. Când te afli foarte departe şi nu simţi, nu vezi şi nici nu eşti conştient de faptul că există un ţel, când eşti perfect inconştient de destinul tău, atunci acolo nu este niciun fel de grijă.

Animalele nu se află în niciun fel de angoasă. Ele par fericite – mai fericite decât omul. De ce? Copacii sunt mai fericiţi decât animalele. Ei sunt perfect inconştienţi de potenţialitatea existentă, de ceea ce se poate întâmpla. Sunt beatifici în inconştienţa lor. Doar se lasă în voia sorţii. Omul devine îngrijorat – şi cu cât este mai conştient, cu atât mai multă anxietate va avea.

Dacă doar trăieşti, vei duce o existenţă ca cea a unui animal. Angoasa religioasă apare atunci când devii conştient de potenţialitatea ta interioară – „Sămânţa există şi eu trebuie să fac ceva pentru asta. Trebuie să fac ceva şi sămânţa va rodi. Florile nu sunt departe şi nu trebuie decât să întind mâna pentru a le culege" – dar totuşi nu se întâmplă nimic. Este simţită neputinţa.

Aceasta era condiţia lui Gautama înainte de a deveni Buddha. El tocmai se afla pe punctul de a se sinucide. Va trebui să treci printr-o astfel de durere. Şi nu poţi lăsa totul în mâna naturii; trebuie să faci ceva – şi chiar poţi face. Iar ţelul nu se află foarte departe.

Deci, nu ai de ce să fii deprimat dacă începi să simţi

anxietate, suferinţă sau agonie în interior – este un semn bun. Arată că devii din ce în ce mai conştient de posibilitatea care există şi acum nu vei mai fi deloc liniştit până când aceasta nu va deveni actuală.

Omul nu poate să se lase în voia naturii, deoarece el a devenit conştient. Doar o mică parte din fiinţa sa este conştientă, dar este îndeajuns. Şi până când nu devine conştientă întreaga ta fiinţă, nu vei putea cunoaşte simpla şi pura fericire a copacilor sau animalelor. Există o singură cale de a cunoaşte acest lucru chiar în această clipă: să devii din ce în ce mai atent, din ce în ce mai treaz, din ce în ce mai conştient. Nu poţi regresa. Nu există drum de întoarcere; nimeni nu se poate întoarce. Ori rămâi acolo unde eşti şi suferi în continuare, ori mergi mai departe şi depăşeşti suferinţa. Înapoi nu te mai poţi întoarce.

Inconştienţa totală este beatifică, conştienţa totală este beatifică – tu te afli între acestea. O parte din tine a devenit conştientă şi o mare parte este încă inconştientă. Eşti divizat, dual, nu eşti unul. Integrarea este pierdută. Animalele sunt integrate, la fel şi sfinţii. Omul este neintegrat: o parte este animalică şi una este sfântă. În orice faci există luptă şi conflict, iar acest lucru se datorează faptului că nu o faci din toată inima.

Deci, există două căi. Prima este cea prin care doar te păcăleşti pe tine – iar prin aceasta înseamnă să redevii complet inconştient.

Poţi consuma droguri, alcool – te întorci în lumea animalelor. Nu faci altceva decât să droghezi partea care a devenit conştientă: acum vei deveni total inconştient. Dar aceasta este o amăgire temporară. Efectele chimicalelor se vor pierde şi vei redeveni conştient; conştiinţa ta va deveni din nou conştientă. Partea pe care ai intoxicat-o cu droguri sau alcool va reapărea, va răsări şi atunci vei suferi mai mult, deoarece atunci poţi compara. Vei simţi mai multă suferinţă.

Poţi continua să te droghezi. Pentru aceasta există multe metode – nu numai cele chimice, ci şi anumite metode aşa-zis religioase. Poţi folosi o repetare mecanică a

unei mantre: poţi incanta un cuvânt şi acesta poate crea un efect intoxicant. Multe lucruri te pot face inconştient, dar această stare nu va dura decât temporar şi vei ieşi de acolo – iar atunci vei suferi mai mult, deoarece vei putea compara. Dacă în starea de conştienţă sunt posibile multe lucruri, atunci câte pot fi posibile într-o conştientizare totală? Te vei simţi înfometat.

Ţine bine minte: totalitatea este beatitudinea. Dacă eşti total inconştient, vei fi fericit, dar nu vei fi conştient de fericire. Animalele sunt fericite, dar ele nu sunt conştiente de fericirea lor. Deci este ceva inutil. Este aceeaşi fericire din timpul somnului, însă imediat cum te-ai trezit, ea dispare. Totalitatea, deplina conştientizare este fericirea.

Poţi fi pe deplin conştient. Iar faţă de această fericire vei fi conştient, însă nu este posibilă decât prin *sadhana*, prin tehnici, prin metode care să îţi dezvolte conştiinţa. Momentan nu eşti iluminat deoarece nu ai făcut nimic pentru ea; important este că ai devenit conştient de neiluminarea proprie. Însă aceasta este opera naturii: în milioane de ani ea te-a făcut conştient.

Poate că nu eşti conştient de faptul că omul s-a oprit din dezvoltare în ceea ce priveşte corpul. S-au descoperit schelete vechi de milioane de ani, dar între ele şi noi nu există nicio diferenţă vizibilă. Deci, timp de milioane de ani corpul nu s-a mai dezvoltat, el a rămas la fel. Nici creierul nu a mai crescut. În ceea ce priveşte corpul, evoluţia a făcut tot ce este posibil. Într-un sens, omul nu este responsabil pentru dezvoltarea sa. Iar dezvoltarea nu trebuie să fie fizică; aceasta va trebui să fie spirituală.

Scheletul unui buddha şi scheletul tău sunt identice, dar tu şi Buddha sunteţi absolut diferiţi. Evoluţia lucrează orizontal; tehnicile, religia, toate acestea lucrează vertical. Corpul tău a încetat dezvoltarea: el a ajuns la omega. Pentru el nu mai există dezvoltare. Orizontal, evoluţia s-a oprit; acum însă începe evoluţia verticală. Oriunde te-ai afla trebuie să faci o săritură pe verticală. Iar această evoluţie verticală va fi a conştiinţei şi nu a corpului. Şi pentru aceasta chiar tu eşti responsabil.

Nu poţi întreba natura de ce nu ai devenit iluminat, ci ea te poate întreba pe tine de ce nu te-ai realizat până acum, deoarece ai avut tot ce ţi-a trebuit. Corpul a avut tot ce îi trebuie; din acest punct de vedere nu eşti cu nimic diferit de un Buddha.

Trebuie doar să aranjezi lucrurile altfel, o nouă sinteza a elementelor pe care le ai – atunci va apărea un buddha. Natura este cea care trebuie să te întrebe de ce încă nu te-ai iluminat, pentru că ea ţi-a oferit tot ce îţi trebuie.

Şi nu este aşa de important dacă natura îţi cere sau nu socoteală; însă este absurd să îi ceri tu socoteală. Nu trebuie să ţi se permită să întrebi acest lucru. Acum eşti treaz şi conştient: poţi face ceva. Ţi s-au oferit toate elementele. Hidrogenul, oxigenul, electricitatea, toate îţi sunt la îndemână; tu trebuie doar să faci anumite experimente pentru ca să creezi apă; trebuie să depui anumite eforturi şi să experimentezi şi apa va apărea.

Elementele iluminării sunt prezente în tine, dar sunt împrăştiate. Va trebui să le combini, să le sintetizezi, să le armonizezi şi atunci brusc va izbucni flacăra iluminării. Acesta este singurul lucru pentru care există tehnicile şi metodele. Deja ai totul; trebuie doar să cunoşti cum şi ce să faci pentru ca să apară iluminarea.

3. Ai spus că prin atingerea unei conştientizări şi libertăţi totale pot fi evitate milioane de renaşteri. Dar acest lucru nu poate fi contrazis de faptul că, legea naturală a cauzei şi efectului, karma, nu trebuie să fie ocolită, evitată prin astfel de scurtături? Ori şi aceasta este tot o cale a Divinului, un dar oferit sufletului şi lumii?

Poţi contrazice şi argumenta faţă de orice lucru, dar aceasta nu conduce la nimic. Cum te va ajuta argumentarea? Poţi spune că procesul natural al karmei nu trebuie să fie întrerupt – nu îl întrerupe. Dar atunci trebuie să fii fericit în suferinţa ta – însă nu eşti. Tu vrei să intervii. Este minunat dacă te poţi lăsa în voia procesului natural – dar atunci nu te mai plânge de nimic. Nu mai întreba: „De ce este aşa?” Este aşa datorită procesului natural al

karmei. Suferi cumva? Atunci află că suferi tocmai din cauza procesului natural al karmei şi altfel nu se poate. Deci, nu interveni.

Aceasta este doctrina destinului, a sorţii, doctrina încrederii în soartă – *kismet*. Atunci nu mai trebuie să faci nimic: orice se produce, se produce – trebuie doar să accepţi. Şi aceasta este tot un abandon, iar pentru ea nu mai este nevoie să faci nimic. Însă trebuie să deţii abilitatea de a accepta totul. Nu este nicio nevoie să intervii – dar poţi exista într-o stare în care să nu intervii deloc? Omul intervine mereu asupra oricărui lucru. Nu poţi lăsa nici cel mai mic lucru în seama naturii. Când vei putea, atunci nu mai este nevoie de nimic altceva şi ţi se va întâmpla totul. Altminteri de ce să nu intervii? Şi poţi interveni, însă trebuie să înţelegi foarte bine acest proces.

De fapt, meditaţia nu este o intervenţie în procesul karmei, ci mai degrabă un salt făcut în afara acesteia. Nu este o intervenţie; este o săritură care te scoate din cercul vicios în care fiinţezi. Cercul va exista în continuare şi procesul va ajunge singur la un final. Dar aceasta nu este treaba ta.

Tu nu îl poţi forţa să se oprească, dar poţi ieşi din el şi odată ce ai ieşit, acesta devine iluzoriu.

De exemplu, Ramana Maharishi a murit de cancer. Discipolii săi au încercat să îl convingă să meargă la tratament. El spunea: „Bine. Dacă acest lucru vă face fericiţi, atunci mă tratez. Dar în ceea ce mă priveşte totul este în regulă”. Doctorii au fost surprinşi de faptul că în ochii săi nu se putea absolut t deloc citi durerea, dar corpul suferea foarte mult. Trupul era cel care suferea, nu Rămână.

Corpul face parte din karma, din cercul mecanic al cauzei şi efectului, dar conştiinţa poate transcende acest lucru. Fiinţa este doar un martor. Un observator al suferinţei corpului, trupul moare, dar tu rămâi un martor. Rămână nu intervenea absolut deloc. Doar observa ce se întâmplă fără să fie identificat cu acel cerc vicios.

Meditaţia nu este o intervenţie. De fapt, nu intervii

decât când eşti lipsit de meditaţie. Prin meditaţie devii un oservator, prin ea reuşeşti să treci mai departe. Jos, la poalele munţilor, se întâmplă multe lucruri, dar ele nu îţi aparţin – tu eşti doar cel care vede. Este ca şi cum acestea s-ar întâmpla altcuiva sau ca şi cum ar fi doar un film care se derulează pe ecran. Tu nu intervii; nu te afli în acea dramă – ai ieşit afară. Acum nu mai eşti un actor, ai devenit un spectator. Aceasta este singura transformare posibilă.

Iar când eşti doar un martor, atunci corpul va termina ceea ce trebuie să termine. Să spunem că ai o karmă grea şi trebuie să suferi. În clipa în care ai reuşit să ajungi la observatorul interior, la fiinţa reală, fără să mai fie nevoie să te renaşti, atunci corpul va trebui să sufere în această viaţă tot ceea ce ar fi trebuit să îndure în vieţile viitoare. Se întâmplă de multe ori ca un iluminat să sufere foarte mult, însă acest lucru este datorat faptului că, pentru el, nu mai există o viaţă viitoare. Acesta va fi ultimul corp şi deci trebuie terminat întregul proces al karmei.

Tu nu poţi interveni, iar dacă o faci, atunci vei crea mai multă suferinţă. Nu interveni în karma, ci depăşeşte-o, fii un observator al ei. Priveşte-o ca pe un vis şi nu ca pe ceva real; uită-te la ea şi fii detaşat. Nu te implica. Corpul tău suferă – priveşte acea suferinţă. Trupul este fericit – priveşte acea fericire. Nu deveni identificat – asta este tot ce înseamnă meditaţia.

Şi nu găsi scuze sau motive. Nu spune că meditaţia poate fi contrazisă. Poţi contrazice orice, eşti liber să o faci, dar ţine minte că această contrazicere poate conduce la sinucidere. Poţi începe să te contrazici pe tine însuţi. Însă acel argument nu te va ajuta, nu te va transforma; mai degrabă, va deveni un obstacol. Noi argumentăm şi ne contrazicem mereu…

Chiar astăzi a venit la mine o fată care m-a întrebat: „Spune-mi, chiar există Dumnezeu?” Era pregătită să contrazică acest lucru.

M-am uitat la ea, în ochii ei. Era încordată şi plină de

argumente; dorea să se lupte. În adâncul ei voia să nu existe Dumnezeu, deoarece dacă acesta există, atunci te afli în bucluc. Când există Dumnezeu, tu nu mai poţi rămâne aşa cum eşti în prezent; acolo apare o provocar e. Dumnezeu este o provocare. Nu mai poţi fi satisfăcut de tine; în existenţă a apărut ceva mai măreţ decât tine. A devenit posibilă o stare mai înaltă, o stare a conştiinţei absolute. Iată ce înseamnă Dumnezeu.

Ea era pregătită să contrazică totul, dar a spus: „Eu sunt ateistă şi nu cred în Dumnezeu".

I-am răspuns: „Dacă crezi că nu există Dumnezeu, atunci de ce mă întrebi de el? Iar important nu este Dumnezeu. Credinţa şi necredinţa ta se referă la tine şi nu la Dumnezeu. De ce eşti preocupată de asta? Din moment ce ştii că nu există Dumnezeu, atunci de ce ai mai călătorit aşa de mult pentru a veni aici? De ce ai mai ajuns la mine? Doar pentru a argumenta? Uită-l şi iartă-l. Du-te acasă şi nu îţi mai pierde timpul. Dacă nu există, atunci de ce eşti îngrijorată? De ce mai faci acest efort ca să-ţi dovedeşti că nu există?

Acest efort arată ceva despre tine. Îţi este teamă. Dacă el există, aceasta este o provocare. Dacă nu există, atunci poţi rămâne aşa cum eşti: acolo nu mai există întrecerea, provocarea".

O persoană căruia îi este teamă de pericole, de risc, de schimbare, de transformare, va nega mereu existenţa lui Dumnezeu. Negarea este chiar mintea sa; iar acea negare arată ceva despre el şi nu despre Dumnezeu.

I-am spus acelei fete că Dumnezeu nu este un lucru care poate fi aprobat sau dezaprobat. Dumnezeu nu este un obiect asupra căruia noi putem avea o opinie favorabilă sau nefavorabilă. Dumnezeu este o posibilitate care se află în interiorul tău. Nu este ceva exterior; este înăuntrul tău. Când călătoreşti spre acea potenţialitate, ea devine reală. Dacă nu călătoreşti spre acel punct, el este ireal. Şi când te contrazici în privinţa sa, înseamnă că nu ai niciun punct spre care poţi călători – rămâi acelaşi. Astfel totul devine un cerc vicios.

Tu argumentezi că Dumnezeu nu există şi tocmai din această cauză nu mai călătoreşti spre el – deoarece Divinul reprezintă o călătorie interioară. Nu poţi călători; cum ai putea călători spre un punct inexistent? Deci rămâi acelaşi. Şi atunci nu te întâlneşti niciodată cu Dumnezeu. Nu ajungi să îl simţi şi acest lucru îţi dovedeşte şi mai mult că el nu există. Astfel, te îndepărtezi mai mult şi de tine însuţi; iar cu cât te afli mai departe, cu atât decazi mai mult, cu atât mai mare este distanţa dintre voi.

Deci, nu se pune problema dacă Dumnezeu există sau nu. Aici se pune problema dacă vrei sau nu să evoluezi. Dacă creşti, atunci creşterea ta va fi comuniunea, va fi întâlnirea. Acelaşi lucru i-am spus şi fetei. I-am spus şi o anecdotă.

Într-o dimineaţă, la sfârşitul primăverii, un melc încerca să se urce într-un cireş. Câteva vrăbii care se aflau într-un stejar alăturat începuseră să râdă de el, deoarece nu era sezon şi cireşele nu erau coapte, iar sărmanul melc făcea toate eforturile posibile ca să ajungă în vârf.

La un moment dat, una dintre vrăbii a zburat spre el, s-a apropiat şi i-a spus: „Dragă, unde vrei să te duci? Acum încă nu sunt cireşe în pom”.

Dar melcul nici măcar nu s-a oprit; a continuat să urce şi a spus: „Dar vor fi când voi ajunge eu în vârf. Îmi va lua mult timp să ajung în vârf, dar până atunci cireşele se vor coace”.

Pentru tine, acum, Dumnezeu nu există, dar va fi acolo până când ajungi tu. Este o creştere – propria ta creştere. Când ajungi la un punct în care eşti total conştient, Dumnezeu va fi prezent. Dar nu te contrazice. Decât să îţi pierzi energia cu astfel de contradicţii, mai bine foloseşte-o pentru transformare.

Şi nu ai multă energie. Dacă îţi îndrepţi energia spre argumentări şi contraziceri, poţi deveni un geniu în această direcţie. Dar atunci o iroseşti pe nimic; este un preţ mult prea mare, deoarece această energie poate deveni meditaţie. Poţi deveni un logician: poţi aduce argumente foarte logice, poţi găsi dovezi foarte

convingătoare, dar vei rămâne acelaşi. Argumentele tale nu te vor transforma.

Ţine minte un lucru: or ice lucru care te transformă este bun. Orice îţi extinde, îţi dezvoltă conştiinţa, este ceva bun. Iar orice te face să devii static şi orice îţi protejează status quo-ul, nu este bun – este fatal, doar o sinucidere.

4. Uneori, într-o stare de non-acţiune, mă simt foarte pasiv, dar conştientizarea a ceea ce se întâmplă în jur pare să se micşoreze. De fapt mă simt detaşat de lucrurile din jurul meu. Înseamnă că este o pasivitate falsă, pentru că după cum îmi închipui, non-acţiunea este sinonimă cu o dezvoltare a conştientizării. Poţi defini această stare?

În mod normal fiecare dintre noi fierbe – suntem activi, dar febrili. Dacă devii pasiv, această fierbere va dispărea. Când devii pasiv şi te relaxezi în interior, activitatea se va pierde, febra va scădea. Te vei simţi puţin limitat, ca şi cum conştiinţa îţi descreşte. De fapt nu descreşte, ci doar febra este cea care scade.

Şi este bine. Deci nu trebuie să îţi fie frică de acest fenomen şi nu ai de ce să gândeşti că pasivitatea nu este reală. Acest lucru ţi-l spune mintea; ea este cea care doreşte şi are nevoie de activitatea febrilă şi de aşa-zisa fericire care apare după aceea. Febra nu este conştientizare, dar în ea poate apărea atenţia – însă aceasta este nesănătoasă. Este o boală; nu alerga după ea. Permite-i să plece, cazi în pasivitate.

La început, vei simţi totul ca pe o descreştere a conştientizării. Permite-i să descrească, pentru că acolo nu dispare altceva decât ceea ce era febril – tocmai de aceea şi dispare. Permite-i să descrească.

Va veni apoi un moment în care te vei echilibra. În acel punct de echilibru nu va mai exista nici descreşterea şi nici creşterea. Acesta este momentul sănătăţii; acum febra a trecut.

În acel punct conştientizare este reală, nu febrilă. Iar dacă poţi aştepta să vină acea clipă… Este dificil, deoarece simţi că mori, simţi că nu mai eşti susţinut de nimic; activitatea, atenţia, totul a dispărut – te relaxezi, te apropii

de moarte. Adevărul este că vor începe să dispară toate agitaţiile şi nebuniile avute. Până în acel punct, tot ce ai cunoscut despre viaţă era febrilitatea. De fapt, aceasta nu este o viaţă, ci o tensiune, o febră, o nebunie, doar o stare de superactivitate. Şi nu cunoşti decât o singură stare – febra. Momentan nu cunoşti nimic altceva, deci cum poţi compara?

Când devii relaxat şi pasiv, vei simţi că se pierde ceva. Lasă să se piardă. Rămâi în acea pasivitate. Va apărea imediat un punct de echilibru în care nu mai există nicio febră. Vei fi doar tu însuţi – nu mai eşti împins de nimeni spre activitate şi nimeni nu te mai poate face să încetezi activitatea pe care doreşti să o faci. Doar atunci îţi apare activitatea reală – şi aceasta va fi spontană, va fi naturală. Vei acţiona, dar fără să mai fi tras şi împins din toate părţile.

Care este criteriul prin care poţi cunoaşte dacă activitatea nu este febrilă, forţată sau impusă? Dacă este spontană nu vei simţi niciun fel de tensiune după ce a fost efectuată, nu vei simţi nicio povară. Te vei bucura de ea. Şi activitatea va deveni un final în ea însăşi; nu va mai exista niciun alt final. Ea nu va fi un mijloc prin care să ajungi undeva anume, ci va fi o revărsare a propriei tale energii. Iar această revărsare va fi aici şi acum, nu va fi pentru ceva din viitor. Te vei bucura pe moment.

Orice vei face – sapi o groapă în grădină, tai copaci, stai, te plimbi, mănânci – totul va deveni absolut, va fi o acţiune totală. Şi după aceea nu vei fi obosit; mai degrabă te vei simţi reîmprospătat. O activitate febrilă te oboseşte; chiar aceasta este boala. O activitate naturală te hrăneşte; te vei simţi mai energic, mai vital. După aceasta vei fi mai viu – îţi va oferi mai multă viaţă.

Însă la început, când devii pasiv şi cazi în non-acţiune, vei simţii că pierzi din conştientizare. Dar nu pierzi nimic decât o atenţie şi o gândire febrilă. Apoi te vei stabiliza în pasivitate şi va apărea o conştientizare naturală.

Iată diferenţa dintre o atenţie febrilă şi una naturală:

în atenţia febrilă există o concentrare, o focalizare care exclude totul. Te concentrezi asupra unui lucru. Mă asculţi pe mine. Dacă ai o atenţie febrilă, atunci mă vei asculta şi vei fi complet inconştient de orice altceva din jurul tău. Dar când ai o atenţie pasivă, nefebrilă, ci naturală şi echilibrată, atunci vei auzi chiar şi zgomotele maşinilor. Pur şi simplu conştient. Eşti conştient de tot ceea ce se întâmplă în jurul tău.

Şi tocmai aceasta este frumuseţea – o maşină trece pe afară, tu îi auzi zgomotul, dar el nu mai reprezintă o tulburare.

Când eşti atent în mod febril şi vei auzi maşina, atunci nu mă vei mai auzi pe mine; acel zgomot te va deranja, deoarece nu ştii cum să fii total, cum să fii pur şi simplu conştient de tot ceea ce se întâmplă. Cunoşti doar o singură metodă: cum să fii atent la un lucru în defavoarea altuia. Imediat ce te îndrepţi spre altceva, pierzi contactul cu primul lucru. Dacă mă asculţi având o minte febrilă, atunci orice te poate tulbura. Şi în clipa în care atenţia se îndreaptă spre altceva, vei pierde contactul cu mine. O asemenea atenţie nu este totală, ci este îndreptată doar asupra unui singur punct. Doar o conştientizare pasivă şi naturală este totală – nimic nu o tulbură. Iar aceasta nu este concentrare, este meditaţie.

Concentrarea este întotdeauna febrilă, deoarece tu forţezi energia să rămână doar într-un singur punct. Energia curge singură în toate direcţiile; ei îi place să curgă peste tot. Noi suntem cei care creăm conflictele, deoarece spunem: „Doar la cutare lucru este bine să asculţi; la altul îţi va face rău”. De exemplu, un copil începe să râdă în timp ce te rogi. Acest lucru te va deranja – deoarece nu poţi concepe o simplă conştientizare prin care tu să-ţi continui rugăciunea şi, în acelaşi timp, copilul să continue să râdă fără să te deranjeze. Nu are de ce să existe un conflict între voi, deoarece sunteţi o parte a unui întreg infinit.

Încearcă: fii total atent, total conştient. Nu te concentra. Fiecare concentrare este obositoare, deoarece

atunci forţezi energia să se mişte în mod nenatural. Simpla conştientizare include totul. Când eşti pasiv şi nu acţionezi, atunci totul se întâmplă în jurul tău. Nimic nu te mai deranjează şi nimic nu mai trece pe lângă tine. Totul se întâmplă şi tu cunoşti ceea ce se întâmplă – observi.

Apare un zgomot: acesta reverberează în tine, apoi trece mai departe, iar tu rămâi neatins. Eşti la fel ca o cameră goală în care zgomotul are de cine să se lovească: el intră şi apoi iese imediat – camera, rămâne neafectată, ca şi cum nu s-ar fi întâmplat nimic. În conştientizarea pasivă rămâi neafectat. Totul continuă să se întâmple, dar nu te atinge niciodată. Tu nu eşti zgâriat de nimic. În concentrarea febrilă totul te impresionează, totul te atinge.

Încă un amănunt. În psihologia orientală, noi avem un cuvânt, *sanskar* – condiţionare. Când te concentrezi vei fi condiţionat, vei fi impresionat de ceva. Dacă eşti doar conştient – conştient pasiv, doar să fii acolo, nu să te focalizezi sau să te concentrezi – atunci nimic nu te condiţionează. Nu mai acumulezi nicio impresie. Continui să rămâi virgin, pur, neatins. Când cineva poate fi conştient în mod pasiv, el va trece prin lume, dar lumea nu va trece niciodată prin el.

Un călugăr zen, Bokuju, obişnuia să spună: „Când treci râul nu lăsa apa să te atingă”. Lângă mănăstire exista un pârâu, dar niciun fel de pod.

Mulţi încercau, dar bineînţeles că apa îi uda. Într-o zi un călugăr a venit şi a spus: Tu ne pui în încurcătură. Am încercat să trecem acel curent de apă, însă nu este niciun pod. Dacă era, atunci puteam să îl trecem fără să ne udăm. Problema este că am trecut prin el – şi apa ne-a atins”.

Atunci Bokuju a spus: „Voi veni eu, îl voi trece şi voi vă veţi uita”. Bokuju a trecut şi, bineînţeles, s-a udat. Iar atunci discipolii au spus: „Uite, apa te-a udat şi pe tine!”

Bokuju a răspuns: „În ceea ce mă priveşte apa nu m-a atins deloc. Eu am fost doar un martor. Apa mi-a udat picioarele, dar nu şi pe mine. Eu doar am observat”.

Prin conştientizarea pasivă, prin observare vei trece prin lume; te vei afla în lume, dar lumea nu se va afla în

tine.

59. PRIVIND DE PE DEAL

30.VI.1973, Bombay

SUTRE:

86. Închipuie-ţi cum contempli ceva aflat dincolo de percepţie, dincolo de înţelegere, dincolo de nefiinţă – tu.

87. Eu exist. Această trăire este a mea. Aceasta este aceasta. O preaiubito, chiar şi astfel – cunoaşte nelimitarea.

Omul este precum Ianus – şi animal şi divin. Animalul aparţine trecutului, divinul aparţine viitorului – acest lucru creează dificultatea. Trecutul s-a dus, nu mai există; mai persistă doar o umbră a sa. Iar viitorul încă nu a venit; este un vis, doar o posibilitate. Iar omul există între ele – între umbra trecutului şi visul viitorului. El nu este niciuna şi totuşi este amândouă.

Omul stă în două luntre, deoarece trecutul este al său – a fost un animal; viitorul este al său – el poate fi divin. Dar totuşi nu este niciuna nici alta, deoarece trecutul nu mai este, iar viitorul nu a venit.

Tu exişti ca o tensiune între acestea două: ceea ce a fost şi ceea ce poate fi. Iar acest lucru creează un conflict, o luptă constantă de a realiza, de a ajunge undeva. Într-un anumit sens omul nici nu există. Omul reprezintă doar o treaptă de la animal la divin – însă o treaptă nu este reprezentativă. S-a aflat undeva şi va fi altundeva, dar în prezent nu se află nicăieri – pluteşte în aer.

Deci, orice ar face – orice – omul nu va fi niciodată satisfăcut sau mulţumit, deoarece în el se intersectează două existenţe diametral opuse. Dacă este satisfăcut animalul, atunci nu este mulţumit divinul. Dacă este satisfăcut divinul, atunci animalul nu este mulţumit. Unul din ei va fi mereu nemulţumit.

Când te îndrepţi spre partea animalică îţi vei satisface o parte a fiinţei tale, dar imediat va apărea nemulţumirea, deoarece polul opus, viitorul, este potrivnic animalului. Satisfacţia animalului conduce la nemulţumirea viitorului.

Iar dacă îţi satisfaci potenţialitatea divină, atunci animalul se va simţi jignit sau rănit şi se va revolta. Nu îi poţi satisface pe amândoi, iar dacă îl mulţumeşti doar pe unul, celălalt va fi nemulţumit.

Îmi aduc aminte de o anecdotă. Un pilot de maşini sport a ajuns la Poarta Raiului şi a fost întâmpinat de Sfântul Petru. Pilotul ajunsese acolo cu Jaguarul în care a murit şi primul lucru care l-a întrebat pe Sfântul Petru a fost următorul: „Există cumva în rai autostrăzi?”

Sfântul Petru a răspuns: „Da, aici sunt cele mai frumoase autostrăzi, dar este o problemă – în rai nu sunt permise automobilele, pentru că nu sunt necesare. Ne putem deplasa unde dorim doar cu puterea gândului”.

Atunci vitezomanul a continuat: „Înseamnă că acesta nu este un loc potrivit pentru mine. Te rog, aranjează-mi să merg în altă parte. Aş vrea să mă duc în iad. Nu pot să renunţ la Jaguarul meu”. Aşa că s-a aranjat totul. A ajuns la porţile iadului şi acolo i-a urat bun venit însăşi Satana: „Tu eşti la fel ca mine: şi eu sunt un fan al maşinilor Jaguar”.

„Atunci este bine; poate îmi poţi oferi şi o hartă a autostrăzilor de aici” – a spus vitezomanul.

Satana s-a întristat şi a spus: „Domnule, îmi pare rău, dar aici jos avem maşini dar nu avem nicio autostradă – tocmai de aceea ai şi intrat în iad!”

Aceasta este şi situaţia omului. El este divizat, are două feţe. Când satisfaci doar una dintre ele, cealaltă va fi nemulţumită. Întotdeauna îţi va lipsi ceva. Şi nici nu le poţi satisface pe amândouă, deoarece ele sunt diametral opuse.

Şi fiecare încearcă să facă imposibilul – fiecare încearcă să ajungă la un compromis prin care cei doi poli opuşi să se poată întâlni. Vieţile trecute nu am făcut nimic altceva decât să încercăm acest Dar nu s-a întâmplat şi nici nu se va întâmpla aşa ceva. Întregul efort este absurd – este imposibil.

Aceste tehnici nu sunt interesate de crearea unui compromis interior. Ele îţi vor oferi o transcendere. Şi nici nu vor satisface divinul în defavoarea animalului. Este ceva

imposibil. Iar dacă încerci să acţionezi în favoarea uneia dintre ele nu vei reuşi decât să creezi mai multă luptă, conflict şi violenţă interioară. Nu acesta este modul în care acţionează tehnicile. Rolul lor este acela de a te face să transcenzi dualitatea. Tehnicile despre care discutăm nu sunt nici în favoarea divinului şi nici a animalului.

Ţine minte: tocmai aceasta este diferenţa fundamentală dintre tantra şi alte religii. Tantra nu este o religie, deoarece religia înseamnă a fi *pentru* divin şi *împotriva* animalului – deci, fiecare religie face parte dintr-un conflict. Tantra nu este o tehnică de luptă, ci o tehnică de transcendere. Ea nu luptă cu animalul şi nici nu este în favoarea divinului.

Doar creează în tine o a treia forţă, un al treilea centru de existenţă în care tu nu eşti nici divin şi nici animal. Pentru tantra acest al treilea punct este *advaita*, non-dualitatea.

Tantra spune că nu poţi atinge unicul luptând cu dualitatea. Nu poţi ajunge la un punct non-dual prin alegere. Alegerea nu te va conduce la unicitate, ci doar observarea fără alegere este cea care te poate ajuta în acest sens.

Acesta este motivul pentru care tantra nu a fost niciodată înţeleasă corect. Secole la rând a fost interpretată greşită, deoarece când tantra spune că nu este împotriva animalului, începi să simţi că este în favoarea lui. Şi în momentul în care spune că nu este nici în favoarea divinului, începi să gândeşti că este împotriva lui.

De fapt, tantra este în favoarea unei mărturii, a unei observări lipsite de alegere. Nu ai de ce să fii în favoarea unuia dintre ele; nu ai de ce să creezi un conflict. Doar retrage-te puţin şi creează o distanţă între tine şi dualitate şi devino o a treia forţă, un observator care poate vedea şi animalul şi divinul.

Am spus că animalul este trecutul, iar divinul este viitorul, dar şi că trecutul şi viitorul sunt opuse unul celuilalt. Tantra este prezentul. Ea nu este nici trecutul şi

nici viitorul. Încearcă chiar în acest moment: nu te lega de trecut şi nici de viitor. Nu dori viitorul şi nu fi condiţionat de trecut. Nu permite trecutului să se agaţe de tine şi nu proiecta nimic în viitor. Rămâi sincer clipei prezente, *aici şi acum* – şi atunci transcenzi. Atunci nu eşti nici animal şi nici divin. Iată ce înseamnă pentru tantra a fi Dumnezeu. A exista în această actualizare a momentului, unde trecutul a dispărut, iar viitorul nu este creat, – acolo tu eşti liber, tu eşti libertatea.

În acest context, nu trebuie să crezi că tehnicile de care discutăm sunt religioase, deoarece religia nu acceptă animalul. Religia creează un conflict. Dacă eşti religios te vei rupe, vei deveni schizofrenic. Toate civilizaţiile religioase sunt divizate. Ele creează tot felul de nevroze, deoarece creează un conflict interior. Ele te divid şi astfel o parte din fiinţa va deveni un inamic. Atunci îţi risipeşti întreaga energie într-o luptă cu propria fiinţă.

Tantra nu este religioasă, deoarece ea nu crede în conflict sau violenţă. Spune să nu lupţi cu tine însuţi. Doar fii conştient. Nu fi agresiv şi violent cu tine. Fii doar un martor, doar un observator. În acel moment de observare tu nu mai ai nicio faţă – atunci nu mai eşti nici măcar uman. Tu doar *eşti*. Vei exista fără niciun fel de etichetă, fără niciun fel de nume; Exişti fără nicio categorisire. Tu *eşti*, fără să fii cineva anume o simplă existenţă, o fiinţă pură. Aceste tehnici sunt în favoarea acestei fiinţe pure.

Acum vom discuta tehnicile.

86. Închipuie-ţi cum contempli ceva aflat dincolo de percepţie, dincolo de înţelegere, dincolo de nefiinţă – tu.

Închipuie-ţi cum contempli ceva aflat dincolo de percepţie – ceea ce nu poate fi văzut, ce nu poate fi perceput. Dar îţi poţi imagina ceva ce nu poate fi văzut? Imaginaţia nu poate concepe decât ceva ce poate fi văzut. Cum ai putea să îţi închipui ceva ce nu poate fi perceput?

Îţi poţi imagina doar ceea ce poţi percepe. De aceea chiar şi visele sunt umbre ale realităţii. Chiar şi imaginaţia nu este pură imaginaţie, deoarece orice îţi poţi imagina este de fapt ceva ce ai cunoscut deja. Poţi crea noi

combinaţii, dar toate elementele acestei combinaţii au fost cunoscute şi percepute.

De exemplu, îţi poţi imagina un munte aurit care zboară pe cer. Aşa ceva nu ai mai văzut, dar un nor ai văzut, un munte ai văzut şi cunoşti ce este aurul. Aceste trei elemente pot fi combin ale. Imaginaţia nu este originală; este întotdeauna o combinaţie a unor elemente pe care le-ai perceput în trecut.

Această tehnică spune: *închipuie-ţi cum contempli ceva aflat dincolo de percepţie…*

Este imposibil, dar tocmai de aceea şi merită încercat, deoarece chiar prin acel efort se va produce ceva nemaiîntâlnit. Nu înseamnă că vei putea percepe ceea ce îţi închipui – dar când încerci să percepi ceva ce nu poate fi imaginat, atunci toată percepţia va dispărea. Efortul de a urmări să vezi ceva nemaiîntâlnit face să dispară tot ce ai văzut vreodată.

Iar când persişti în acest efort îţi vor apărea multe imagini – dar va trebui să scapi de ele, deoarece ştii că le-ai mai văzut, le-ai mai perceput. Poate că nu ţi le mai aminteşti, dar din moment ce ţi le poţi imagina înseamnă că le-ai văzut cândva sau le poţi percepe. Scapă de ele. Această tehnică te îndeamnă să persişti şi să ajungi la ceea ce nu poate fi perceput.

Ce se va întâmpla? Va trebui să depui un efort considerabil ca să scapi de tot felul de imagini care apar în interior. Mintea va readuce în actualitate multe imagini, vise, concepţii, simboluri. Mintea va crea noi combinaţii, dar nu trebuie să te opreşti la niciuna dintre acestea şi este necesar să continui să scapi de ele până când apare ceea ce nu poate fi perceput. Ce este acest imperceptibil?

Dacă insişti nu va mai apărea niciun obiect; acolo va exista doar ecranul minţii fără niciun fel de imagine pe el, fără niciun simbol sau vis. În acel moment se produce o metamorfoză. Când în interior nu va mai exista decât ecranul gol al minţii, atunci vei deveni conştient de tine însuţi. Devii conştient de cel care percepe. Când nu mai este nimic de perceput, întreaga atenţie se schimbă.

Întreaga conştiinţă este reflectată înapoi. Devii conştient de propriul sine doar când nu mai ai nimic de văzut. Atunci începi să te vezi pe tine.

Închipuie-ţi cum contempli ceva aflat dincolo de percepţie, dincolo de înţelegere, dincolo de nefiinţă – tu.

Atunci tu îţi apari ţie. Devii conştient pentru prima oară de cel care a perceput, care a cunoscut. Problema este că subiectul este mereu ascuns în spatele obiectelor. Cunoşti anumite lucruri, dar nu cunoşti niciodată cunoscătorul. Cunoscătorul este pierdut în cunoaştere.

De la naştere până la moarte văd tot felul lucruri şi acest proces va continua la nesfârşit. Problema este că văzătorul este pierdut din vedere, este uitat. Subiectul se pierde tocmai în mulţimea obiectelor.

Această sutra spune că în clipa în care încerci să îţi închipui ceva aflat dincolo de percepţie, dincolo de înţelegere, dincolo de nefiinţă… mintea va spune imediat că ceea ce nu poate fi văzut sau înţeles nu există. Mintea va reacţiona instantaneu şi va insista asupra faptului că ceea ce nu este vizibil, perceptibil, nu există. Nu deveni o victimă a minţii.

Sutra… din*colo de* p*erc*e*pţie, di*n*colo de* î*nţelegere, di*n*colo de* n*efiinţă. Mi*ntea va spune că aşa ceva nu există, că nu poate exista. Sutra te îndeamnă să nu te încrezi în minte. Există ceva care fiinţează dincolo de non-fiinţă şi există fără să poată fi perceput, fără să poată fi înţeles – acela eşti tu.

Te poţi percepe pe tine? Îţi poţi imagina vreo situaţie în care te poţi întâlni pe tine, în care te poţi cunoaşte pe tine? Poţi continua să foloseşti cuvântul „cunoaştere-de-sine”, însă acesta este total absurd, deoarece tu nu poţi cunoaşte Sinele Ultim. Sinele este întotdeauna cunoscătorul. Acesta nu poate fi redus la ceva cunoscut, nu poate fi redus la un obiect.

De exemplu, dacă crezi că poţi cunoaşte Sinele, atunci Sinele pe care îl cunoşti nu va fi Sinele tău, ci Sinele tău este cel care cunoaşte acel sine. Tu vei rămâne mereu cunoscătorul – nu poţi deveni cunoscutul. Nu te poţi aşeza

în faţa ta. Te vei afla mereu în spate. Orice poţi cunoaşte nu poţi fi tu însuţi – asta înseamnă că nu poţi cunoaşte observatorul. Aici nu se mai pot aplica aceleaşi reguli ca şi pentru obiectele exterioare.

Eu nu mă pot vedea pe mine în felul în care te văd pe tine. Cine va vedea? Fiecare relaţie de cunoaştere, de percepere, de vedere, impune existenţa a cel puţin două lucruri: cunoscutul şi cunoscătorul. Cunoaşterea-desine nu poate fi posibilă, deoarece acolo nu mai există decât un singur lucru. Cunoscătorul şi cunoscutul sunt unul singur; observatorul şi observatul sunt una. Nu ai cum să te converteşti într-un obiect.

Deci, cuvântul „cunoaşterea-de-sine” este complet greşit; dar în el există şi un mesaj adevărat: acela că te poţi cunoaşte în cu totul alt mod decât cum cunoşti lucrurile.

Când nu mai există nimic de cunoscut, când toate obiectele au dispărut şi nu mai rămâne nimic care să poată fi perceput sau văzut, când ai scăpat de totul, atunci brusc *tu* devii conştient de tine însuţi.

Iar această conştientizare nu este duală: acolo nu fiinţează niciun obiect sau subiect. Acolo rămâne doar o simplă subiectivitate.

Această conştientizare este un tip diferit de cunoaştere. Ea îţi oferă o dimensiune diferită a existenţei. Nu mai eşti divizat în două, ci conştient de tine însuţi. Însă acest lucru nu îl poţi percepe sau înţelege şi cu toate acestea este existenţial.

Încercă să priveşti în modul următor: energia interioară continuă să se îndrepte spre obiecte. Ea nu poate fi statică. Iată o lege fundamentală: energia nu poate fi statică, ea este dinamică. Nu poate fi altfel. Dinamismul reprezintă chiar natura ei – energia se mişcă. Imediat cum te văd, energia mea s-a şi îndreptat spre tine. În clipa în care te-am perceput, acolo se formează un cerc. Energia se îndreaptă spre tine şi apoi revine la mine – acesta este cercul.

Când energia mea se duce spre tine şi nu mai revine

înapoi, atunci nu voi putea să te cunosc. Este nevoie de un cerc: energia trebuie să se lovească de tine şi apoi trebuie să se reîntoarcă la mine. În clipa în care se reîntoarce voi reuşi să te cunosc. Cunoaşterea se realizează prin mişcarea energiei în cerc. Ea a trecut de la subiect la obiect şi apoi a revenit la sursa ei originară. Dacă continui să trăiesc în acest fel, nu voi reuşi să mă cunosc niciodată, deoarece energia proprie este impregnată de energia celorlalţi. Ea îmi aduce şi îmi livrează în permanenţă tot felul de imagini. Acesta este modul în care acumulezi cunoaşterea.

Tehnica pe care o explic spune să permiţi dispariţia obiectului. Permite – i energiei să se mişte într-un vacuum, într-o goliciune. Ea pleacă de la tine, dar nu mai are niciun obiect pe care să îl poată apuca, pe care să îl perceapă. Pătrunde în goliciune şi astfel nu îţi mai aduce nicio cunoaştere. Ea revine goală, vacantă, pură. Nu mai aduce nimic. Se aduce doar pe ea. Se întoarce virgină – nu a fost contaminată de nimic, a rămas pură.

Acesta este întregul proces al meditaţiei: doar stai tăcut şi energia se mişcă. Însă nu mai există niciun obiect care să o contamineze, care să o impresioneze, cu care să se contopească. Apoi, o aduci înapoi. Dar nu îţi mai apare niciun obiect, nicio imagine şi niciun gând. Energia se va mişca în puritate şi va reveni aşa cum a plecat, fără să mai fie murdară. Vehiculul este gol şi atunci devii conştient de tine însuţi.

În clipa în care energia va aduce ceva din exterior, vei deveni conştient de acel lucru. Priveşti o floare. Energia este cea care îţi aduce floarea – imaginea, parfumul şi culoarea florii. Ea nu face altceva decât să vă facă cunoştinţă. Dar în acest mod energia va învălui floarea. Tu nu cunoşti niciodată energia, nu cunoşti acea energie pură care este chiar fiinţa ta. Te mişti spre celălalt şi apoi revii la sursă.

Dar când nu există nimic de care să fie impresionată şi revine aşa cum a plecat, necondiţionată, atunci vei deveni conştient de tine.

Acesta este un cerc energetic pur – energia doar se mişcă şi nu face nimic altceva. Însă trebuie să se mişte în interior, trebuie să creeze acest cerc în înăuntrul tău. Acolo nu mai este nimeni altcineva – doar tu. Această mişcare devine cunoaştere-de-sine, iluminarea-de-sine. În mod fundamental, toate tehnicile de meditaţie sunt doar variaţii ale acestei tehnici.

Închipuie-ţi cum contempli ceva aflat dincolo de percepţie, dincolo de înţelegere, dincolo de nefiinţă – tu.

Dacă o poţi face, atunci vei deveni pentru prima dată conştient de tine însuţi, de fiinţa ta, de existenţa ta – subiectivitatea.

Cunoaşterea este de două feluri: cea a obiectelor şi cea a subiectivităţii. Cunoaşterea cunoscutului şi cunoaşterea cunoscătorului. Şi un om poate cunoaşte milioane şi milioane de lucruri, poate cunoaşte toată lumea, dar dacă nu poate cunoaşte cunoscătorul, atunci este un ignorant. Poate fi un mare cunoscător, dar nu este înţelept. Poate să fi acumulat multe informaţii, dar îi lipseşte lucrul fundamental care îl face să fie un cunoscător – nu este conştient de sine.

În Upanishade există o povestire în care un tânăr, Svetketu, se întoarce acasă după ce a stat mult timp lângă un maestru. El trecuse cu bine toate examenele la care fusese pus; acumulase de la maestru tot ce putuse. Însă devenise foarte egoist.

Când a ajuns acasă, tatăl său i-a spus: „Pari prea plin de cunoaştere şi aceasta te face egoist – se vede chiar din felul în care mergi şi în care ai păşit pragul casei. Am o întrebare: «Oare ai reuşit să descoperi acel ceva care cunoaşte totul – te-ai cunoscut pe tine»?” Svetketu a răspuns: „Dar acolo nu am avut niciun curs despre aşa ceva şi nici maestrul nu ne-a vorbit despre aceasta. Eu am cunoscut tot ce se putea cunoaşte. Întreabă-mă orice şi îţi voi răspunde. Însă nu pot să am nicio opinie faţă de întrebarea pusă, deoarece nu am învăţat nimic despre aşa ceva”.

Atunci tatăl i-a spus: „Du-te înapoi şi până când nu

cunoşti acel ceva prin care este cunoscut totul şi pe care dacă nu îl descoperi nu cunoşti nimic, până atunci să nu te întorci acasă. Mai întâi cunoaşte-te pe tine”.

Svetketu s-a întors şi l-a întrebat pe maestru: Tatăl meu mi-a spus că nu mă mai primeşte acasă, deoarece la noi în familie toţi au fost brahmani nu numai prin naştere. Noi l-am cunoscut pe Brahman, nu am devenit brahmani doar prin dreptul conferit de naşterea în această castă. Şi el mi-a zis: «Până când nu devii un brahman real, până când nu cunoşti finalul nu mai ai ce căuta acasă. Nu meriţi să stai aici.» Aşa că am revenit pentru a învăţa acest lucru”.

Maestrul i-a spus: „Eu te-am învăţat tot ce am putut. Ceea ce îmi ceri nu poate fi învăţat, însă poţi face următorul lucru: devino accesibil lui. Acesta nu poate fi învăţat direct. Doar fii receptiv şi într-o zi se va întâmpla.

Acum du-te la grajdul ashram-ului şi mână vacile în pădure. Stai cu ele; opreşte gândirea, verbalizarea, devino ca un animal. Urmăreşte-le, iubeşte-le şi fii tăcut. Şi nu trebuie să te mai întorci decât în clipa în care se înmulţesc şi ajung să fie în număr de o mie”.

Aşa că Svetketu s-a dus în pădure cu cele patru sute de vaci. Nu mai putea vorbi cu nimeni şi gândirea nu mai avea la ce să fie folosită. Iar cu timpul, mintea sa a devenit ca cea a unui animal. A stat tăcut sub copaci şi a aşteptat, deoarece nu avea voie să se întoarcă în templu decât în momentul în care în turmă existau o mie de vaci. Încet-încet limbajul a dispărut din mintea sa. Treptat, societatea s-a evaporat şi Svetketu nu mai era o fiinţă umană. Ochii săi au devenit la fel ca cei ai unui animal.

Povestea este foarte frumoasă. Se spune că Svetketu a uitat să mai numere – deoarece limbajul şi verbalizarea dispar... A uitat să numere, chiar a uitat să mai se întoarcă. Povestea este minunată. Vacile i-au vorbit: „Svetketu, acum ne-am înmulţit şi am ajuns la o mie. Hai să mergem înapoi la mestru. Probabil că ne aşteaptă”.

Svetketu s-a întors şi maestrul a spus celorlalţi discipoli: „Număraţi vacile”.

„Da, sunt o mie de vaci” – au răspuns discipolii.

Iar maestrul a continuat: „Nu o mie, ci o mie unu – iar cel care este în plus este chiar Svetketu”.

El stătea în mijlocul vacilor tăcut, fără niciun gând – exact ca un animal – pur, simplu, inocent. Şi maestrul i-a spus: „Acum nu mai ai de ce să stai aici. Du-te acasă. Ai cunoscut ceea ce trebuia; ţi s-a întâmplat. De ce ai mai venit la mine? Ţi s-a întâmplat”.

Chiar se întâmplă: când în minte nu mai există niciun obiect, atunci îţi apare cunoscătorul. Când mintea nu mai este invadată de gânduri şi nu mai presistă nici un singur val, nicio unduire, atunci eşti singur în deplinătatea ta. Acolo nu mai exişti decât tu. Devii conştient de Sinele tău: pentru prima oară devii plin de tine însuţi. Apare o iluminare pentru a descoperi Sinele.

Mesajul sutrei este fundamental şi a folosit ca fundaţie multor metode.

Încearc-o. Este puţin cam dificil tocmai datorită obiceiului de a raţiona, datorită agăţării de obiecte. Iar aceste obiceiuri sunt atât de adânc înrădăcinate în interior, încât va fi nevoie de timp şi efort persistent ca să nu mai fi implicat în ele şi să poţi deveni un martor al lor. Atunci vei putea spune: „Nu aceasta, nu aceea”.

Tehnica Upanishadelor este condensată în două cuvinte: *neti*, *neti* nu aceasta, nu aceea. Cum îţi apare ceva în minte spui: „Nu aceasta”. Continuă să arunci din interior tot ce este vechi. Camera trebuie să fie complet goală. Ţi se întâmplă ceea ce trebuie doar când spaţiul interior nu mai este plin de tot felul de gunoaie.

Însă atâta timp cât mai continuă să existe un ungher necurăţat, atunci vei fi impresionat şi nu te vei putea cunoaşte. Inocenţa ta este pierdută în obiecte. Mintea împovărată de gânduri care se mişcă în permanenţă în exterior este cea care te împiedică să iei legătura cu tine.

87. Eu exist. Această trăire este a mea. Aceasta este aceasta. O preaiubito, chiar şi astfel – cunoaşte nelimitarea.

Eu exist. Nu pătrunzi niciodată în acest sentiment: eu

exist. Tu exişti, dar nu explorezi fenomenul respectiv. Shiva spune: *Eu exist. Aceasta este a mea. Aceasta este aceasta. O preaiubito, chiar şi astfel – cunoaşte nelimitarea.*

Pentru început am să vă povestesc o anecdotă zen.

Trei prieteni mergeau pe un drum. Soarele începea să apună când, la un moment dat, au văzut un călugăr pe un deal. Au început să îşi dea cu părerea despre el. Unul dintre ei a spus: „Probabil că îşi aşteaptă prietenii. Probabil că a vrut să facă o plimbare împreună cu prietenii săi, dar aceştia au rămas în urmă şi acum el îi aşteaptă".

Celălalt prieten a negat şi a spus: „Nu, nu este aşa, pentru că atunci când aştepţi pe altcineva trebuie să te uiţi în urma ta, iar el nu priveşte deloc în urmă. De aceea, presupun că nu aşteaptă pe nimeni. Mai degrabă şi-a pierdut vaca. Seara se apropie şi în curând se va lăsa întunericul. Aşa că s-a hotărât să se urce în vârful dealului pentru a putea vedea unde este vaca sa".

Al treilea a spus: „Nu ai dreptate, deoarece el stă foarte tăcut şi nu se mişcă deloc, iar după câte se pare ochii îi sunt închişi. Probabil că se roagă".

Au început să se contrazică şi în cele din urmă nu au ajuns la nicio concluzie. Atunci s-au hotărât: „Mai bine mergem pe deal şi îl întrebăm ce face acolo".

Au ajuns la călugăr şi primul dintre ei a întrebat: „Îţi aştepţi cumva prietenii care au rămas în urma ta?"

Călugărul a deschis ochii şi a răspuns: „Nu aştept pe nimeni. Iar eu nu am nici prieteni şi nici duşmani". După care a reînchis ochii.

Al doilea drumeţ a întrebat: „Înseamnă că eu am dreptate. Îţi cauţi cumva vaca care s-a rătăcit în pădure?"

„Nu, nu caut pe nimeni – nu sunt interesat de nimic altceva decât de mine însumi".

Atunci al treilea a spus: „Atunci cu siguranţă îţi faci rugăciunea de seară sau meditezi".

Călugărul a deschis ochii şi a spus: „Eu nu fac nimic. Doar stau aici. Eu doar mă aflu aici şi nu fac nimic. Pur şi simplu exist".

Iată ce numesc budiştii ca fiind meditaţia. Când faci ceva înseamnă că nu meditezi – deja te-ai îndepărtat de meditaţie. Dacă te rogi, aceasta nu este meditaţie – ai început deja să pălăvrăgeşti.

În clipa în care foloseşti orice cuvânt acolo şi-a făcut apariţia mintea. Călugărul a spus esenţialul: „Eu doar exist aici, nu fac nimic”.

Acelaşi lucru îl spune şi sutra aceasta: *Eu exist*. Pătrunde adânc în acest simţământ. Doar stai şi simte „eu exist, eu sunt”. Simte-l, nu îl gândi, deoarece în minte poţi spune orice, dar atunci este ceva complet nefolositor. Capul va strica totul. Nu doar repeta: „Eu sunt, eu exist”. Este zadarnic, atunci pierzi totul.

Simte acest lucru până în adâncul oaselor. Simte-l în tot corpul. Simte-l ca fiind o unitate totală, nu simţi nimic mental. Doar: „Eu sunt”. Nu folosi cuvintele. Eu o fac pentru că altminteri nu am cum să îţi transmit nimic. Shiva se afla lângă Parvati şi a trebuit să folosească cuvintele „eu exist”. Nu face acest lucru; nu repeta. Aceasta nu este o mantra: „Eu exist, eu exist”. Repetă şi vei adormi, te vei autohipnotiza.

Prin repetarea acestui cuvânt vei începe să te plictiseşti şi apoi ţi se va face somn – astfel ţi se pierde conştientizarea. După un asemenea somn te vei trezi foarte proaspăt. Este un lucru foarte bun pentru sănătate, dar nu este meditaţie.

Dacă suferi de insomnie, atunci poţi folosi o incantare, repetarea unui cuvânt – este chiar mai bună decât un somnifer. Această repetare continuă şi monotonă va crea somnolenţă.

Orice practică care creează o monotonie, o plictiseală îţi va asigura un somn profund. Tocmai de aceea psihologii şi psihanaliştii oferă pacienţilor care suferă de insomnie un tratament foarte simplu: tot ce trebuie să facă este să asculte ticăitul unui ceas. Încearcă şi vei adormi; acel ticăit va începe să devină un cântec de leagăn.

Copilul din pântecul mamei, în cele nouă luni, doarme aproape în permanenţă, deoarece inima mamei

bate în continuu… tic-tac, tic-tac. Repetarea continuă a aceluiaşi zgomot devine o condiţionare. Acesta este şi motivul pentru care în clipa în care îţi aşezi capul pe pieptul cuiva începi să te linişteşti şi să te relaxezi; tic-tac, tic-tac – te simţi somnoros. Orice lucru care creează monotonie îţi induce o relaxare cu ajutorul căreia poţi adormi.

Când te afli la ţară poţi dormi mult mai profund decât atunci când te afli într-un oraş. Aceasta se datorează faptului că satul este monoton. În oraş, în fiecare moment se întâmplă ceva nou; zgomotele se schimbă în permanenţă.

Într-un sat totul este monoton, nimic nu se schimbă. La ţară nu apar veşti noi, nu sunt ştiri, totul se mişcă în cerc. De aceea oamenii de la ţară dorm mai profund decât cei din oraş, deoarece viaţa este monotonă. Într-un oraş este dificil să dormi, deoarece viaţa este mereu senzaţională – totul se schimbă.

Poţi folosi orice cuvânt: Rama, Krishna, Iisus Hristos sau Ave Maria. Foloseşte orice cuvânt şi după ce îl vei repeta acesta îţi va asigura un somn profund. Poţi folosi chiar tehnica oferită de Ramana Maharishi:

„Cine sunt eu?” – de fapt, mulţi au început să o folosească ca pe o mantră. Dar nu acesta era scopul ei.

Aşa că nu încerca să transformi sutra aceasta într-o mantră; nu începe să repeţi la infinit: „Eu exist”. Nu este nevoie de aşa ceva. Toţi ştiu şi tu ştii deja că exişti. Simte asta – „Eu exist”. Simţirea este un lucru cu totul diferit. Gândirea este un truc prin care să poţi scăpa de simţire. Şi nu este doar diferit, ci este şi o decepţie.

Ce vreau să spun prin faptul că trebuie să simţi „eu exist”? De exemplu, stau pe acest scaun. Dacă încep să simt că „eu exist”, atunci voi deveni conştient de mai multe lucruri: atingerea materialului scaunului, aerul care trece prin cameră, zgomotul care îmi atinge corpul, sângele care circulă silenţios, inima, respiraţia – un subtil sentiment vibratoriu ar trupului. Corpul este dinamic, nu un lucru static – tu vibrezi. Atâta timp cât vei trăi, va exista

întotdeauna o tremurare subtilă. Simte-o în continuu.

Vei deveni conştient de toate aceste lucruri multidimensional e. Şi cu cât devii conştient de cât mai multe lucruri... Iată ca înseamnă „eu exist”: să devii conştient de ceea ce se întâmplă înăuntrul şi în afara ta. Devino conştient şi gândirea se va opri, deoarece atunci când simţi cu adevărat că exişti, acesta este un fenomen atât de complet şi total încât mintea nu mai poate fiinţa.

La început vei simţi cum plutesc gândurile. Iar cu cât te înrădăcinezi mai mult în existenţă, cu atât mai mult te vei stabiliza în sentimentul fiinţării; gândurile se vor afla foarte departe şi vei simţi o distanţă faţă de ele – ca şi cum acestea nu ţi s-ar întâmpla ţie, ci altcuiva. Va apărea o distanţă – iar distanţa chiar există. Iar în clipa în care te vei afla înrădăcinat în fiinţă, mintea va dispărea. Tu te vei afla acolo, dar fără niciun gând, fără nicio imagine mentală.

De ce se întâmplă acest lucru? Deoarece mintea este doar o simplă activitate care ne pune în legătură cu alţii. Când mă aflu în legătură cu tine, va trebui să îmi folosesc mintea, limbajul, cuvintele. Ea reprezintă un fenomen social, o activitate de grup. Chiar şi atunci când vorbeşti singur, de fapt nu eşti singur – vorbeşti cu cineva. Crezi că ai putea să vorbeşti de unul singur? În minte este permanent cineva prezent.

Citeam autobiografia unui profesor de filosofie care povestea că într-o zi trebuia să se ducă să îşi viziteze fetiţa, iar după aceea el trebuia să se ducă la universitate să predea un curs. După ce a luat-o pe fetiţă cu el, în timp ce mergeau cu maşina spre universitate începuse să răsfoiască manualul din care urma să predea. La un moment dat a uitat complet că mai este cineva lângă el şi a început să vorbească cu voce tare. Fetiţa a ascultat câteva momente şi apoi a întrebat: „Tată, tu vorbeşti cu mine?”

Chiar şi când vorbeşti singur, pentru tine există cineva. Poate că nu este prezent, dar în mintea ta este prezent.

Întreaga gândire este un dialog, o activitate socială.

De aceea un copil crescut în afara societăţii nu va cunoaşte niciun fel de limbaj. El nu va fi capabil să verbalizeze nimic. Societatea este cea care creează limbajul, cuvintele. Limbajul este un fenomen social.

Când devii înrădăcinat în tine însuţi, atunci nu va mai exista nicio societate, acolo nu va mai fi nimeni. Exişti doar tu singur. Mintea dispare. Nu te mai afli în relaţie cu nimeni, nici chiar în imaginaţie nu te mai afli în legătură cu cineva şi mintea va dispărea. Iată ce înseamnă a te afla în meditaţie: a fi fără minte. Trebuie să fii perfect atent şi conştient, să simţi existenţa în totalitatea sa, în multidimensionalitatea sa – dar pentru aceasta mintea trebuie să fi dispărut complet.

Şi odată cu ea dispar şi multe alte lucruri – numele, forma ta, faptul că eşti hindus sau musulman, bun sau rău, frumos sau urât, sfânt sau păcătos – totul dispare. Etichetele se vor evapora. Te vei afla în puritatea ta neîntinată, vei fiinţa în inocenţa şi virginitatea ta – doar atunci eşti înrădăcinat în ceea ce există şi nu mai pluteşti în derivă.

Prin minte poţi pătrunde în trecut sau în viitor. Fără ea însă nu mai poţi face acest lucru. Fără minte te vei afla aici şi acum – acest moment reprezintă întreaga eternitate. Nimic nu există decât în acest moment. Beatitudinea va apărea singură. Nu trebuie să o cauţi nicăieri. Dacă eşti înrădăcinat în clipa prezentă, în fiinţă, tu eşti beatific. Şi această beatitudine nu este ceva care ţi se întâmplă ţie – tu eşti aceasta.

Eu exist. Încearcă. Şi o poţi face oriunde: călătorind într-un tren sau într-un autobuz sau doar stând pe pat, încearcă să simţi existenţa aşa cum este ea; nu te gândi la ea. Atunci vei deveni brusc conştient de faptul că până înainte nu cunoşteai multe lucruri care se întâmplau în jurul tău. Tu nu ţi-ai simţit corpul. Îţi vezi mâna, dar nu ai simţit-o niciodată – ce spune, ce te informează ea, cum se simte. Uneori este greoaie şi tristă, alteori este uşoară şi veselă. Uneori totul zboară prin ea, alteori totul este mort în ea. Câteodată o simţi vie şi dansând, iar alteori o simţi

moartă, îngheţată, este acolo, dar nu vie.

Când vei începe să îţi simţi fiinţa, vei ajunge să cunoşti stările prin care trec mâinile, ochii, nasul, corpul tău. Este un fenomen minunat în care sunt prezente multe nuanţe subtile. Corpul îţi dă mereu sfaturi, dar tu nu eşti niciodată acolo să îl asculţi. Întreaga existenţă te influenţează în multe moduri subtile, dar tu nu eşti conştient de aceasta. Nu eşti prezent pentru a primi ceea ce îţi oferă ea, nu îi urezi bunvenit.

Când începi să simţi existenţa, întreaga lume devine vie; o vei vedea într-un mod complet nou. Atunci vei trece pe aceeaşi stradă, dar ea nu mai este aceeaşi, deoarece acum eşti înrădăcinat în Existenţă. Te întâlneşti cu aceiaşi prieteni, dar ei sunt total diferiţi, pentru că şi tu eşti diferit. Când ajungi acasă, în prag nu te va mai întâmpina aceeaşi soţie, pe care o cunoşti de ani de zile.

Dacă devii conştient de fiinţa ta, atunci vei deveni conştient şi de fiinţa altora. Când soţia se înfurie, te poţi bucura chiar şi de furia ei, deoarece acum simţi ce se întâmplă. Şi dacă poţi simţi, atunci furia nu va mai apărea ca furie – poate deveni iubire. Dacă ajungi să simţi acest lucru în adâncul tău, în furia soţiei vei descoperii iubirea ei; altminteri nu ar fi furioasă, nu i-ar păsa de nimic. Te aşteaptă întreaga zi şi tu întârzii – încă te iubeşte. Nu este indiferentă.

Ţine minte: furia sau ura nu sunt chiar opuse iubirii – indiferenţa este de fapt opusul acesteia. Când cineva este indiferent faţă de tine, atunci iubirea este pierdută. Dacă cineva nu se poate nici măcar înfuria pe tine, atunci totul este pierdut. În mod normal, dacă soţia se înfurie, tu răspunzi mai violent, devii mai agresiv. Nu înţelegi mesajul simbolic al acelei furii. Nu poţi înţelege, deoarece nu eşti înrădăcinat în tine însuţi. Încă nu ţi-ai cunoscut furia şi tocmai de aceea nu poţi înţelege nici furia altora.

Dacă îţi cunoşti furia, dacă o poţi simţi în totalitatea ei, atunci vei putea cunoaşte şi furia altora. Eşti furios doar pe o fiinţă care este importantă, pentru tine. Prin furie soţia îţi spune că încă te iubeşte, că nu îi eşti

indiferent. Ea a aşteptat destul şi acum această aşteptare s-a transformat în furie.

Poate că nu îţi spune direct, deoarece limbajul simţirii nu este direct. Şi aceasta a devenit o problemă în ziua de astăzi – deoarece nimeni nu mai cunoaşte limbajul propriilor sentimente şi simţiri. Tu nu eşti înrădăcinat în fiinţa ta. Nu poţi înţelege decât cuvintele, nu mai poţi înţelege sentimentele, iar acestea au propriul lor mod de exprimare. Sentimentele sunt fundamentale, reale.

Odată ce îţi cunoşti existenţa proprie, vei cunoaşte şi existenţa altora. Şi fiecare este foarte misterios, este un abis care poate fi cunoscut – o infinită posibilitate de a fi penetrat şi cunoscut. Şi fiecare om aşteaptă ca cineva să poată pătrundă în inima sa. Însă pentru că nu ţi-ai cunoscut propria inimă, nu poţi cunoaşte nici inima altcuiva. Inima, lucrul cel mai apropiat de tine, rămâne complet necunoscută, atunci cum ai putea cunoaşte inima altora?

Te mişti precum un zombi; toţi sunt adormiţi. Nu ai decât atâta conştientizare cât să te poţi mişca printre alţi oameni – doar atât. Acesta este minimul posibil de atenţie pe care o are omul – tocmai de aceea eşti atât de plictisit şi de greoi. Viaţa este o povară şi fiecare aşteaptă înăuntrul său doar moartea. Moartea pare singura speranţă care a mai rămas.

De ce se întâmplă acest fenomen? Viaţa poate fi beatitudinea infinită. De ce este atât de plictisitoare? Datorită faptului că nu eşti înrădăcinat şi trăieşti doar la minimum. Iar viaţa îşi face apariţia doar atunci când este trăită la maxim.

Această sutra îţi va oferi o existenţă maximă. Gândul îţi poate da doar minimul; simţirea îţi poate da maximul.

Prin minte nu există nicio cale care să ducă spre existenţă – singura cale este inima. *Eu exist*. Simte acest lucru prin inimă. Şi simte această existenţă că este a ta. *Aceasta este a mea*. *Aceasta este aceasta*. Minunat. *Eu exist*. Simte, fii înrădăcinat în aceasta; apoi cunoaşte că *aceasta este a mea* – existenţa, această fiinţă care se

revarsă este a ta.

Fiecare spune că mobila, casa sunt ale sale. Vorbeşti mereu de posesiunile tale şi nu vorbeşti niciodată de ceea ce posezi tu cu adevărat. Tu posezi fiinţa totală. Deţii cea mai măreaţă potenţialitate, centrul cel mai interior al existenţei se află chiar în tine. Shiva spune: *Eu exist*. Simte" aceasta. Aceasta este a me*a.*

Nici asta nu trebuie să fie un gând; ţine minte mereu acest lucru. Simte – că existenţa este a ta – şi atunci vei simţi recunoştinţă. Cum altfel crezi că îi poţi mulţumi lui Dumnezeu? Recunoştinţa ta este superficială, formală. Şi priveşte ce balamuc… noi suntem formali chiar şi cu Dumnezeu. Cum îi poţi tu mulţumi? De fapt, nici nu ai cunoscut ceva pentru care să îi mulţumeşti.

Dacă te poţi simţi înrădăcinat în existenţă, contopit în ea, curgând în ea şi chiar dansând în ea, atunci vei simţi: „Aceasta este a mea. Această existenţă îmi aparţine mie. Acest întreg univers misterios îmi aparţine. Întreaga existenţă a fiinţat pentru mine. Ea m-a creat. Eu sunt o floare a ei".

Conştiinţa este cea mai minunată floare. Şi acest Pământ s-a pregătit milioane şi milioane de ani pentru ca tu să poţi exista.

Această *trăire este a mea*. *Aceasta este aceasta*. Înseamnă să simţi: „Aceasta este viaţa, aceasta este aceasta – simplitatea existenţială. Mi-am dat seama că eram îngrijorat fără rost. Eram un cerşetor fără să fie nevoie, gândeam în astfel de termeni fără să fie nevoie. Eu sunt stăpânul".

Când eşti înrădăcinat, tu eşti una cu întregul şi existenţa fiinţează pentru tine. Atunci nu eşti un cerşetor, ci devii brusc un împărat. *Aceasta este aceasta*.

O preaiubito, chiar şi astfel – cunoaşte nelimitarea.

Şi în timp ce simţi acest lucru, nu crea o limită. Simte-l nelimitat. Nu îi crea o graniţă. Aceasta nu are aşa ceva, ea să nu sfârşeşte nicăieri. Lumea nu începe de undeva şi nu se sfârşeşte nicăieri. Existenţa nu are niciun început şi niciun sfârşit. Tu, de asemenea, nu ai niciun

început şi niciun sfârşit.

Începutul şi sfârşitul există datorită minţii – mintea are un început şi un sfârşit. Încearcă să îţi aminteşti cât poţi de multe despre viaţa ta: vei ajunge la un punct în care totul se opreşte – există un început. Îţi poţi aminti ceva până la vârsta de trei ani sau chiar doi – este mai rar – apoi memoria nu mai poate merge mai departe. Poţi călători până la vârsta de doi ani.

Ce înseamnă acest lucru? Nu îţi poţi aminti nimic anterior acestei vârste. Nu mai ştii nimic, există un spaţiu gol.

Îţi aminteşti ceva despre naşterea ta? Ştii ceva despre cele nouă luni pe care le-ai petrecut în pântecul mamei? Tu te aflai acolo, dar mintea nu era. Mintea a început să apară în jurul vârstei de doi ani şi tocmai de aceea nu îţi poţi aminti ceva până la acea vârstă. Dincolo de aceasta, memoria nu mai persistă; mintea se opreşte. Mintea are un început şi un sfârşit, dar tu eşti fără de început.

Dacă în meditaţia profundă ajungi să simţi existenţa, acolo nu va mai exista mintea – va fiinţa doar un nesfârşit curent de energie, o forţă cosmică fără de început, un ocean infinit în care tu eşti doar un val. Valul are un început şi un sfârşit, oceanul nu are. Iar odată ce cunoşti faptul că tu nu eşti valul, ci oceanul, toate suferinţele vor dispărea.

Ce se află în adâncul suferinţei proprii? Moartea. Îţi este frică de un sfârşit. Aceasta este însă o certitudine; nimic nu este mai sigur ca moartea. Orice ai face, vei fi neputincios în faţa ei. Nu se poate face nimic – ea va apărea. Şi această certitudine continuă să persiste în permanenţă în minte – în conştient şi subconştient. Uneori erupe în conştient – şi atunci îţi apare o teamă vizibilă. Dar imediat începi să o împingi înapoi şi astfel va continua să se mişte în subconştient. În fiecare moment îţi este frică de sfârşit, de moarte.

Mintea va muri, dar nu şi tu – problema este că nu te cunoşti pe tine. Tu cunoşti doar un lucru creat – care are

un început şi care, cu siguranţă, va avea un sfârşit. Ceea ce începe trebuie să se sfârşească. Dacă poţi găsi în tine ceva ce nu începe niciodată, ceva care doar există, care nu se poate sfârşi, atunci frica de moarte va dispărea instantaneu. Şi doar atunci va putea începe să curgă iubirea, nu înainte.

Cum poţi iubi când moartea este prezentă în permanenţă în tine? Te poţi ataşa de cineva, dar nu poţi iubi. Poţi folosi pe cineva, dar nu poţi iubi. Poţi exploata pe cineva, dar nu vei putea iubi.

Iubirea nu este posibilă dacă în interior există frica. Iubirea nu poate înflori în preajma fricii. Fiecare va muri. Fiecare stă la rând şi aşteaptă. Cum crezi că poţi să iubeşti? Totul pare un non-sens. Iubirea apare ca un non-sens în preajma morţii, deoarece moartea va distruge totul. Nici chiar iubirea nu este eternă. Orice faci pentru iubit sau iubită… de fapt, nu faci nimic, deoarece nu poţi evita moartea – ea se află doar în spatele tău şi aşteaptă.

Însă poţi uita de ea, poţi crea o faţadă şi poţi începe să crezi că aceasta nu va mai apărea, dar acest crez este superficial – adânc înăuntrul tău ştii că nu este aşa. Iar când moartea pare inevitabilă, atunci viaţa pare să nu mai aibă sens. Poţi crea multe trucuri artificiale, dar acestea nu te vor ajuta prea mult timp. Temporar, pentru câteva momente vor avea efect, dar realitatea va erupe din nou.

Te poţi amăgi mereu, însă doar atât – până când nu ajungi să simţi ceva ce este fără început şi fără sfârşit nu rezolvi nimic.

Doar când ai ajuns să cunoşti acest fapt, de-abia atunci este posibilă iubirea, deoarece acolo nu mai există niciun fel de moarte. Iubirea est e posibilă. Buddha te iubeşte, Iisus la fel, dar această iubire îţi este necunoscută. O astfel de iubire va apărea când va dispărea frica. Iubirea ta este doar un mecanism prin care să eviţi frica. Oricând iubeşti te simţi neînfricat. Altcineva îţi dă putere.

Şi acesta este un fenomen reciproc: tu dai putere cuiva şi acela îţi dă ţie putere. Amândoi sunteţi slabi şi căutaţi pe cineva: astfel se întâlnesc două persoane slabe

care se ajută să fie puternice – este nemaipomenit! Cum de se întâmplă aşa ceva? Aceasta este doar o iluzie. Simţi că în spatele tău este cineva care te sprijină, dar ştii că în clipa morţii nu mai poate fi nimeni lângă tine. Şi din moment ce în clipa morţii nu mai poate fi nimeni lângă tine, atunci cum crezi că fiinţa iubită poate să te urmeze în timpul vieţii? întregul fenomen este realizat doar pentru amânarea morţii. Datorită faptului că îţi este frică, ai nevoie de cineva care să te facă să nu te mai temi de nimic.

Emerson a scris că până şi cel mai curajos luptător este un laş în faţa soţiei sale. Chiar şi un Napoleon, deoarece soţia ştie că el are nevoie de forţa ei, are nevoie de ea pentru a fi el însuşi. El depinde de ea. Când se întoarce de la război nu se poate relaxa decât prin ea. Ea este cea care îl consolează; bărbatul devine ca un copil. Fiecare soţ este un copil în faţa soţiei. Şi soţia? – şi ea depinde de soţul ei. Ea trăieşte prin el. Femeia nu poate trăi fără el; el este viaţa ei.

Aceasta este o amăgire reciprocă. Amândoi se tem – moartea este prezentă pretutindeni. Ei încearcă să se iubească şi să uite de moarte. Atunci iubiţii devin neînfricaţi. Unii chiar stau în faţa morţii fără să se teamă, dar şi aceasta este doar o aparenţă, o amăgire.

Iubirea noastră este o parte a fricii – o folosim doar pentru a scăpa de frică. Iubirea adevărată apare doar când frica a dispărut – când moartea a dispărut, când ştii că tu nu începi şi nu te vei sfârşi nicăieri. Dar nu începe să te gândeşti. O poţi face, datorită fricii. Poţi gândi: „Da, ştiu că eu nu mă voi sfârşi; moartea nu există, sufletul este nemuritor”. Din cauza fricii poţi gândi tot felul de lucruri – dar aceasta nu va ajuta la nimic.

Dacă pătrunzi adânc în meditaţie, atunci frica va dispărea cu siguranţă, deoarece ajungi să îţi cunoşti nesfârşirea. Te răspândeşti la nesfârşit – înapoi în trecut, înainte în viitor, dar tot tu vei fi şi în profunzimea clipei prezente. Tu doar eşti – nu începi niciodată şi nu te vei sfârşi vreodată.

Simte această nelimitare – *la infinit*.

60. ELIBEREAZĂ-TE PE TINE – DE TINE ÎNSUŢI

1. VII.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Libertatea şi abandonul nu sunt contradictorii?
2. Nu este Brahman şi aceea, nu numai aceasta?
3. Trebuie depăşită şi dorinţa pentru divinitate?
4. Cum se poate scăpa de frică?
5. Ce reprezintă sunetul apei curgătoare?

1. Spui că religia este libertatea totală sau *moksha* şi, de asemenea, afirmi că abandonul este important în religie. Dar libertatea şi abandonul nu sunt nişte termeni contradictorii?

Ei par contradictorii, dar nu sunt. Şi par datorită limbajului; existenţial nu sunt opuşi. Încearcă să înţelegi două lucruri. Primul: nu poţi fi liber rămânând aşa cum eşti, deoarece acum eşti în sclavie. Ego-ul tău este sclavia. Poţi fi liber doar când acest punct al ego-ului dispare – el este încătuşarea.

Când acolo nu mai există niciun ego, tu devii una cu existenţa şi doar această unicitate poate fi liberă. Când exişti separat, această separare este falsă. De fapt, nici nu eşti separat, nu poţi fi; tu faci parte din existenţă – şi nu eşti o parte mecanică, ci una organică. Tu nu poţi exista separat de ea nici chiar pentru un moment. Tu o r espiri în fiecare clipă; ea te respiră pe tine în fiecare moment. Trăieşti într-un întreg cosmic.

Ego-ul îţi oferă o senzaţie de falsă separare. Şi din cauza acestei senzaţii false, lupţi cu existenţa. Iar atunci când lupţi te afli în sclavie. Iar dacă începi să lupţi vei fi cu siguranţă înfrânt, deoarece partea nu poate învinge întregul. Şi tocmai din cauza acestei lupte te simţi limitat şi încătuşat. Oriunde te mişti dai peste un zid. Zidul acesta nu fiinţează în existenţă – el se mişcă odată cu ego-ul tău, el face parte din senzaţia ta de separare. Atunci lupţi cu existenţa.

Iar în această luptă vei fi mereu învins; şi în acea înfrângere vei simţi limitarea, sclavia.

Prin abandon se înţelege renunţarea la ego, renunţarea la acel zid de separare – devii unul. Aceasta este realitatea şi orice abandonezi este doar un vis, un concept, o noţiune falsă. Tu nu renunţi la realitate, ci ai doar o atitudine falsă. Şi în momentul în care renunţi la această atitudine falsă devii una cu existenţa. Acolo nu mai există niciun conflict.

Şi când conflictul a dispărut, tu nu mai ai nicio limită; acolo nu mai apare nicio sclavie, nicio încătuşare. Tu nu eşti separat. Atunci nu poţi fi înfrânt, deoarece acolo nu se mai află nimeni care poate fi înfrânt. Nu poţi muri, deoarece acolo nu mai este nimeni care să moară; Nu mai poţi suferi, deoarece acolo nu este nimeni care să poată suferi. În momentul în care îţi abandonezi ego-ul, totul este abandonat – mizeria, sclavia, dukkha, iadul, totul. Devii una cu existenţa. Această unicitate este libertatea.

Sclavia este separarea. Libertatea este unicitatea, unitatea. Dar ţine minte: nu înseamnă că devii liber – tu nu mai eşti. Deci nu este vorba de a deveni liber, ci pur şi simplu tu nu mai eşti. De fapt, doar când tu nu eşti, acolo este libertate. Aici apare o problemă de exprimare. Când tu nu eşti, libertatea este. Buddha a spus: „Când tu nu eşti, beatitudinea este. Nu tu vei fi eliberat. Tu te vei elibera de tine însuţi”.

Deci libertatea nu este a ego-ului, ci este eliberarea de ego. Şi dacă poţi înţelege acest lucru – că eliberarea reprezintă eliberarea de ego – atunci libertatea şi abandonul devin identice, unul şi acelaşi lucru. Dar dacă iei ca punct de reper ego-ul, atunci el va gândi: „De ce să te predai? Dacă faci asta nu mai poţi fi liber. Atunci devii un sclav. Când te predai, devii un sclav”.

De fapt tu nu te predai cuiva, ci doar te abandonezi. Acolo nu va fi nimeni care să îţi accepte abandonarea. Dacă ar fi cineva, atunci acest abandon ar fi un fel de sclavie. Acolo nu este niciun zeu sau Dumnezeu căruia să te predai. Şi când vorbim despre Dumnezeu, o facem doar pentru a te ajuta să te abandonezi să te dăruieşti.

În Yoga Sutra lui Patañjali se vorbeşte despre

Dumnezeu doar ca despre un ajutor în calea abandonării. Patañjali chiar spune că nu există Dumnezeu, însă când auzi aceste lucruri îţi va fi dificil să te dăruieşti. Se vorbeşte despre Dumnezeu doar pentru a te ajuta. Deci, dintr-un anumit punct de vedere, Dumnezeu reprezintă şi o metodă. Este ceva foarte ştiinţific – Dumnezeu reprezintă şi o tehnică care să te ajute să te dăruieşti. În realitate nu există nimeni care să îţi accepte predarea, pentru că dacă ar fi atunci te-ai afla în sclavie. Acesta este un punct foarte subtil şi profund: nu există un Dumnezeu ca persoană; Dumnezeu este doar o cale, o metodă, o tehnică.

Patañjali vorbeşte despre multe tehnici. Una dintre ele este *ishvara pranidhan* – ideea de Dumnezeu. Există multe metode prin care se poate obţine dăruirea; una dintre ele este chiar ideea de Dumnezeu.

Aceasta îţi ajută mintea să se abandoneze; altminteri pot să îţi spun: „Dăruieşte-te” – dar vei întreba: „Cui?” Dacă spun: „Pur şi simplu abandonează-te” – va fi extrem de dificil pentru tine să concepi aşa ceva.

Încearcă să înţelegi acest lucru şi din altă perspectivă. Îţi spun: „Doar iubeşte”.

— Mă vei întreba: „Cum? Ce vrei să spui prin aceasta? Dacă acolo nu este nimeni pe care să îl iubesc, atunci cum să iubeşti?” Îţi spun: „Roagă-te” – vei întreba: „La cine? Cui să mă rog?” Mintea ta nu poate concepe non-dualitatea. Ea va pune mereu această întrebare: „Către cine?”

Patañjali spune că Dumnezeu este şi o cale, o tehnică, doar pentru a satisface întrebarea minţii. Devotează-te, iubeşte, predă-te, abandonează-te – către cine? Patañjali spune: „Către Dumnezeu”. Şi dacă o faci vei ajunge să cunoşti că nu există un Dumnezeu aşa cum îl gândeşti tu – sau, altfel spus, tu însuţi eşti cel căruia te dăruieşti. Dar aceasta se întâmplă doar când te-ai abandonat.

Se ştie că este dificilă până şi această dăruire către un Dumnezeu invizibil, dar atunci scripturile spun: „Predă-te maestrului, gurului” Maestrul este vizibil şi atunci

aceasta poate fi considerată o sclavie – deoarece acolo este o persoană şi tu te dăruieşti ei. Însă şi aici trebuie să înţelegi ceva foarte subtil

— Ceva chiar mai subtil decât noţiunea de Dumnezeu. Un maestru este un maestru doar în clipa în care el nu mai există; altminteri nu este un maestru. Un maestru devine maestru doar când el nu mai este. El a atins non-fiinţa, acolo nu mai este nimeni.

Dacă cineva stă aici pe scaunul meu, atunci acela nu este un maestru; va apărea o sclavie. Dar când nu stă nimeni pe scaun, dacă pe scaun se află o non-fiinţă, cineva care este centrat, dacă aici este cineva care s-a abandonat – nu cuiva anume, ci care doar s-a dăruit şi a atins non-fiinţa, care este o nonpersoană, care nu este concentrat în ego – atunci acela este un maestru. Deci, când te abandonezi unui maestru, tu te dăruieşti nimicului.

Aceasta este o dilemă foarte profundă pentru mulţi dintre noi. Dacă înţelegi faptul că aceasta este o renunţare, o abandonare, o abdicare… Este o acţiune a ta. Deci ceea ce este important este actul şi nu obiectul. Nu obiectul trebuie să fie important, ci cel care se abandonează. Obiectul este doar o scuză

— Doar o scuză.

Dacă poţi înţelege, atunci nu mai este nicio nevoie să te dăruieşti cuiva

— Pur şi simplu te vei abandona. Atunci nu mai este nevoie să iubeşti pe cineva

— Doar vei iubi. Tu eşti semnificativ, nu obiectul. Când obiectul devine important, atunci vei crea o sclavie. Deci, chiar şi un Dumnezeu va deveni o sclavie: chiar şi un maestru se va transforma într-o sclavie.

Sclavia este creată chiar de tine; aceasta este o înţelegere greşită. Altminteri abandonul este libertatea. Ele nu sunt contradictorii.

2. Din moment ce „aceasta este aceasta” include şi „aceasta este aceea” iar „aceea este Brahman”, atunci de ce sutra pune accentul doar pe „aceasta este aceasta”?

Are un motiv anume – deoarece tantra este interesată

doar de aici şi acum. „Aceasta este aceasta” înseamnă ceea ce este aici şi acum. Acel „aceea” merge puţin mai departe.

În al doilea rând, pentru tantra nu există o diferenţă între aceasta şi aceea. Tantra este non-dualistă – aceasta este lumea şi acela este Brahman; aceasta este materia, obişnuitul şi aceea este conştiinţa, spiritualul – pentru tantra nu există o astfel de deosebire. „Aceasta” este totul şi „aceea” este inclus în aceasta. Chiar această lume este Divinul.

Iar tantra nu face nicio distincţie între inferior şi superior: „aceasta” înseamnă inferiorul şi „aceea” înseamnă superiorul; „aceasta” reprezintă ceea ce poţi vedea, atinge şi cunoaşte, iar „aceea” reprezintă ceea ce nu poţi vedea, atinge şi cunoaşte, ci doar ceva pe care îl poţi indica. Pentru tantra nu există deosebire între vizibil şi invizibil, între materie şi minte, între viaţă şi moarte, între lume şi Brahman – niciun fel de distincţie.

Tantra spune: „Aceasta este aceasta” – dar şi „aceea” este inclus în „aceasta”. Dar accentul pus pe aceasta este minunat. Ea spune că aici şi acum, orice este, acesta este întregul, Totalul. Şi totul se află inclus în acesta; nimic nu este exclus – apropiatul, intimul, obişnuitul, acolo este totul.

Există o foarte binecunoscută zicală zen care spune că dacă ai devenit obişnuit, ordinar, ai devenit extraordinar. Doar o persoană care este împăcată cu normalitatea sa este extraordinară. Deoarece oricine tânjeşte să fie extraordinar, această dorinţă a devenit foarte normală, foarte ordinară. Fiecare – nu poţi găsi o persoană care să nu vrea să fie extraordinară şi tocmai de aceea dorinţa de a fi extraordinar este o parte, o parte fundamentală a minţii obişnuite. Maeştrii zen spun: „A fi obişnuit înseamnă cel mai extraordinar lucru din lume. A fi normal este ceva rar. Foarte rar se întâmplă ca cineva să fie obişnuit”.

Un împărat japonez căuta un maestru şi a trecut de la un învăţător la altul, dar nimeni nu îl putuse mulţumi.

Un bătrân îi spusese că un maestru adevărat este unul foarte obişnuit, dar împăratul nu găsise aşa ceva. Atunci a revenit la bătrân şi i-a spus: „M-ai pus într-o mare încurcătură. Felul în care ai definit un maestru – că trebuie să fie simplu şi normal – a devenit o problemă pentru mine. Am căutat aşa ceva în toată ţara şi nu m-a putut mulţumi nimeni. Aşadar mai dă-mi un amănunt prin care să pot găsi un maestru”.

Bătrânul a spus: „Problema este că nu ai ştiut unde să cauţi. Ai căutat în locuri greşite! Te-ai dus la persoane care sunt extraordinare şi astfel nu ai încercat să cunoşti doar ordinarul. Du-te în lumea normală şi atunci vei căuta cu adevărat extraordinarul.

Acum poţi defini ceea ce cauţi ca fiind ordinar, dar totuşi cauţi extraordinarul. Definiţiile sunt schimbate. îl poţi defini pe cel care îl găseşti ca fiind cel mai obişnuit om, dar pentru tine el va fi tot extraordinar. Atunci încă mai cauţi asta. Nu acţiona astfel şi în momentul în care eşti pregătit şi nu mai cauţi nimic în acest mod, maestrul va veni singur la tine”.

În dimineaţa următoare a încercat să priceapă ceea ce i-a spus bătrânul şi a simţit că avea dreptate. Dorinţa l – a părăsit. Atunci a apărut un cerşetor – acesta era maestrul. Iar împăratul îl cunoştea de mult timp pe cerşetor. Acesta venea mereu să cerşească la palat şi împăratul l-a întrebat: „Cum se face că nu te-am putut recunoaşte înainte?”

Cerşetorul a spus: „Deoarece tu căutai extraordinarul. Eu mă aflam aici, dar tu căutai acolo. Mă pierdeai mereu din vedere”.

Tantra spune „aceasta” şi nu „aceea”. Dar sunt tehnici în care se discută mai mult despre „aceea”, dar „aceasta” este tantrică – aceasta, adică aici şi acum, acesta este cel mai intim lucru. Poate că prietenul, soţia – aceasta – cerşetorul, soţul, oricine poate fi maestrul. Dar tu nu priveşti la *aceasta*, ci priveşti la *aceea* – eşti cu capul pe undeva prin nori. Nici nu poţi concepe faptul ca apropiatul să fie calitatea fiinţei – nu poţi concepe aşa ceva, deoarece

tu crezi că deja cunoşti apropiatul şi atunci începi să cauţi în depărtare. Simţi că deja cunoşti „aceasta” şi singurul lucru a rămas să cauţi în „aceea”.

Dar nu acesta este adevărul. Tu nu cunoşti apropiatul, nu cunoşti „aceasta”. Apropiatul este la fel de necunoscut ca îndepărtatul. Priveşte în jurul tău. Tu nu eşti obişnuit cu nimeni şi nu cunoşti pe nimeni. Cunoşti cumva copacul pe lângă care treci în fiecare zi? Îţi cunoşti prietenul pe care îl ai de o viaţă? Sau te cunoşti pe tine, cel de care eşti cel mai aproape? Îţi cunoşti corpul, respiraţia pe care o faci mereu? Cunoşti aceste lucruri? Nu. Nimic nu îţi este cunoscut. Nici măcar „aceasta” nu este cunoscută, atunci cum poţi dori „aceea”?

Tehnica spune că dacă „acesta” este cunoscut atunci, în mod automat, va fi cunoscut şi „acela” – deoarece acela este implicat în acesta. Îndepărtatul este ascuns în intim, în apropiat. Dacă încerci să fugi după îndepărtat, aceasta este o evadare – deoarece atunci te poţi gândi mereu numai la „acela” şi astfel amâni viaţa; viaţa este „aceasta”. Dacă te gândeşti şi contempli acest fenomen, atunci te vei transforma.

Îmi aduc aminte de o anecdotă. Un maestru zen a fost numit predicator într-un templu. Nimeni nu ştia că el este un maestru zen. Congregaţia s-a întrunit şi el a început să predice. A fost ceva minunat; nimeni nu mai auzise aşa ceva înainte – toţi au fost încântaţi. În următoarea zi s-a adunat mai multă lume în templu, dar maestrul a spus acelaşi lucru şi ei au început să se plictisească – „Ce fel de om este ăsta?” A treia zi nu au mai venit la fel de mulţi oameni şi maestrul a repetat acelaşi lucru.

Mulţi au început să plece chiar în mijlocul predicii şi acolo au mai rămas doar câţiva, dar şi aceştia au rămas doar pentru a-l întreba: „Nu ai şi altă predică? Şi de ce o predici doar pe aceasta în fiecare zi?”

Maestrul a spus: „Am şi altele, dar voi nu aţi făcut nimic în privinţa primei mele predici. Până când nu faceţi ceva în legătură cu aceasta, eu nu o voi spune pe cea de-a

doua. Nu este necesar”.

Oamenii au încetat să mai vină la templu. Nimeni nu se mai apropia de templu, pentru că ori de câte ori se apropia cineva de templu, maestrul începea să predice prima sa predică. Se spune că oamenii începuseră să nu mai treacă nici măcar pe lângă templu – „înăuntru se află preotul cel nebun care imediat cum vede pe cineva începe să predice mereu acelaşi lucru”.

Acel maestru trebuie să fi fost un foarte bun cunoscător al minţii umane. Mintea umană vrea să gândească, dar să nu facă niciodată nimic – acţiunea este periculoasă. Gândirea este bună, deoarece prin ea rămânem mereu la fel. Dacă te gândeşti la ceva îndepărtat, la ceea ce este distant, atunci nu mai este nevoie să te transformi. Brahman, Absolutul, nu te poate transforma dar prietenul soţia, vecinul – dacă îi priveşti va trebui să te transformi. Şi faptul că începi să cauţi doar ceea ce este departe de tine este doar un truc prin care tu să nu te uiţi la ceea ce este apropiat.

Tu cauţi *aceea* pentru a uita de *aceasta* – şi aceasta este viaţa, iar aceea este doar un vis. Te poţi gândi la Dumnezeu, dar această gândire este neputincioasă; ea nu va face nimic. Vei continua să te gândeşti şi vei rămâne la fel. Dacă te gândeşti la soţia ta la copil, dacă pătrunzi adânc în inima lucrurilor, în apropiat nu poţi rămâne acelaşi – chiar de acolo porneşte acţiunea.

Iată mesajul tantrei: „Nu te duce în depărtări. Aici se află totul, în chiar acest moment se află chiar aproape de tine. Fii deschis şi priveşte la *aceasta*, iar *aceea* va avea singură grijă de ea”.

3. Ai spus că tantra învaţă omul să depăşească dorinţa sa pentru trecutul animalic şi dorinţa pentru divin. Înseamnă că divinitatea face parte din lume şi trebuie şi ea depăşită? Şi ce este acel ceva care le transcende pe amândouă?

Va trebui să înţelegi multe lucruri. Primul: natura dorinţei. Divinitatea nu este ceea ce numeşti tu că este. Dumnezeul despre care vorbeşti nu este Dumnezeul

realităţii, ci Dumnezeul dorinţei tale. Deci nu se pune problema dacă divinul face sau nu parte din lume. Întrebarea reală este următoarea: poţi dori divinul fără să îl faci să devină o parte din lumea ta?

Priveşte totul în modul următor. S-a spus mereu şi mereu că atâta timp cât nu părăseşti dorinţa nu poţi atinge finalul. Nu poţi atinge divinul dacă nu părăseşti dorinţa. Elimin-o şi te vei realiza. Ai auzit acest lucru de nenumărate ori, dar mă întreb dacă îl înţelegi sau nu.

Oricum, într-o mai mică sau mai mare măsură tot o vei înţelege greşit. Auzind acest lucru vei începe să doreşti divinul – şi astfel pierzi esenţa.

Dacă părăseşti dorinţa, îţi va apărea divinul. Atunci începi să doreşti divinul şi acest divin al tău face parte din lume. Lumea reprezintă ceea ce poate fi dorit. Iată definiţia mea: ceea ce poate fi dorit este lumea. Aşadar divinul nu poate fi dorit, iar dacă o faci, acesta a devenit deja parte din lume.

Când dorinţa se opreşte, divinul apare. Când nu doreşti nimic, acolo este divinul – atunci întreaga lume este divină. Nu vei găsi niciodată divinul în ceva opus lumii – contrar lumii. Când nu doreşti, totul este divin; imediat ce doreşti, totul este lumesc. Lumea nu este ceea ce vezi tu – copacii, râurile, cerul şi marea, stelele şi pământul. Nu aceasta este lumea – lumea este chiar ceea ce doreşti.

În grădină se află o floare. În momentul în care treci pe lângă un copac şi priveşti floarea, iar mirosul ei vine spre tine, atunci priveşte în interior. Dacă tu nu doreşti acea floare, dacă nu vrei deloc să o posezi, acea floare devine divnă. Prin ea îţi va fi înfăţişată faţa divină. Dar imediat ce apare dorinţa de a o poseda sau dacă este posibil să apară invidia pe cel care o are, atunci deja ai creat o lume – divinul a dispărut. Dorinţa ta este cea care schimbă calitatea existenţei – ea creează lumea. Când nu doreşti, întreaga lume devine divină.

Voi mai reciti întrebarea: „Ai spus că tantra învaţă omul să depăşească şi dorinţa sa pentru trecutul animalic şi dorinţa pentru divin”.

Tantra te învaţă să transcenzi doar dorinţa. Nu este important ce doreşti – problema este că doreşti. Poţi schimba obiectele. Doreşti bani, putere, prestigiu – doreşti întreaga lume. Apoi te plictiseşti şi treci la altceva – eşti sătul. Sau ai atins ceea ce ai dorit şi acum tot nu eşti mulţumit; te simţi frustrat. Vei începe să tânjeşti după altceva.

Acum doreşti divinul, moksha, nirvāṇa, libertatea – acum îl doreşti pe Dumnezeu. Obiectul s-a schimbat; tu nu te-ai schimbat – dorinţa este aceeaşi.

Înainte alergai după bani şi prestigiu, acum fugi după puterea divină. Dorinţa tânjeşte după libertatea absolută, dar dorinţa în sine nu este diferită.

În mod normal oamenii religioşi îşi schimbă obiectele dorinţei, dar dorinţa rămâne la fel – este neschimbată. Şi nu obiectele sunt cele care creează probleme, ci dorinţa le creează. Tantra spune că este zadarnic să continui mereu să schimbi obiectele – acest lucru doar îţi iroseşte timpul, viaţa şi energia. Înlătură această dorire, această tânjire. Nu dori. Nu dori libertatea, deoarece chiar ea creează sclavia. Nu dori divinul, deoarece dorinţa este lumea. Nu dori interiorul, deoarece dorinţa este exteriorul. Deci nu este vorba de a transcende o dorinţă sau alta – pur şi simplu abandonează dorinţa. Nu tânji, nu dori. Doar fii tu însuţi.

Ce se întâmplă când nu doreşti? Tu nu te mai mişti; toată mişcarea încetează. Nu te mai grăbeşti să ajungi nicăieri. Nu eşti grav, serios. Acolo nu mai este nicio speranţă şi nicio frustrare. Aşteptarea a încetat; nimic nu te mai poate frustra. Acolo nu este nicio dorinţă; nu mai poţi rata nimic. Dar bineînţeles că nu vor mai exista nici realizările, succesele lumeşti.

Când nu doreşti, nu tânjeşti, ce se întâmplă? Eşti singur şi nu te mai îndrepţi nicăieri. Acolo nu va mai exista niciun ţel – dorinţa creează ţelul. Acolo nu mai este niciun viitor – dorinţa creează viitorul. Timpul s-a evaporat – deoarece dorinţa are nevoie de timp în care să se mişte. Timpul se opreşte. Viitorul dispare. Atunci mintea va

dispărea, deoarece este constituită doar din dorinţe. Şi tocmai datorită dorinţelor trebuie mereu să te gândeşti şi să plănuieşti, să visezi şi să proiectezi.

Acolo unde nu mai există nicio dorinţă, totul dispare. Tu te afli simplu în puritatea ta. Exişti fără să te mişti undeva; în interior toate unduir de dispar. Oceanul rămâne, dar valurile încetează să mai fiinţeze. Iată ce înseamnă divinitatea pentru tantra.

Priveşte totul în modul următor: dorinţa este bariera. Nu te gândi la obiect pentru că altfel vei fi păcălit. Vei schimba obiecte după obiecte şi astfel îţi vei pierde timpul zadarnic. Vei fi din nou frustrat şi apoi vei trece la un alt obiect. Poţi schimba obiectele la infinit dacă nu realizezi faptul că, nu ele sunt problema, ci dorinţa ta. Dar faptul de a dori este mult mai subtil, iar obiectul este grosier. Obiectul poate fi văzut, însă dorinţa poate fi văzută doar dacă pătrunzi adânc în interior şi meditezi asupra ei; altfel aceasta nu poate fi văzută.

Te poţi căsători cu cineva şi îţi poţi face multe vise, îţi poţi pune mari speranţe, dar cu cât mai mari îţi sunt speranţele, cu atât mai mare va fi şi frustrarea. Iar în mod normal căsătoriile făcute din interes nu vor fi la fel de ratate cum sunt cele făcute din iubire – deoarece într-o căsătorie aranjată nu există speranţe şi nici vise.

Aceasta este ca o afacere; acolo nu există romantism, poezie. Călătoreşti doar pe un un plan nivelat – nu mai există niciun fel de culmi de pe care poţi cădea. Căsătoriile făcute din interes nu vor da greş niciodată. Cum ai putea să dai greş? Nu ai fost niciodată pe un vârf, deci nu ai cum să cazi. Căsătoriile din iubire dau greş. Doar acestea pot greşi deoarece poezia, romantismul te ridică foarte sus. Acolo atingi culmi minunate, prinzi valuri foarte înalte, dar la un moment dat va trebui să revii cu picioarele pe pământ.

Ţările mai bătrâne care au experienţă permit şi înlesnesc căsătoriile aranjate. Acolo nici măcar nu se vorbeşte despre căsătorie din iubire. În India nu se vorbeşte despre aşa ceva. În trecut au fost încercate astfel

de căsătorii şi s-a dovedit că sunt nerealiste, irealizabile. Datorită faptului că aştepţi prea mult, acolo va apărea în aceeaşi proporţie şi frustrarea.

Orice visezi şi doreşti îţi va da unele aşteptări – dar problema este că acestea nu pot fi satisfăcute.

De exemplu, te căsătoreşti; dacă o faci din iubire, atunci vei aştepta foarte multe şi la un moment dat vei deveni frustrat. Iar în clipa în care devii frustrat, începi să te gândeşti la alt partener. Îi poţi spune soţiei: „Pe mine nu mă interesează nicio altă femeie” – dar când simte că eşti indiferent faţă de ea, atunci orice ai spune nu o vei putea convinge – este imposibil, este nenatural. În momentul în care devii indiferent, ea simte instinctiv că te interesează altcineva.

Acesta este modul în care funcţionează mintea. Începi să devii conştient de femeia cu care te-ai căsătorit şi simţi că frustrarea apare din cauza ei. „Nu a fost o alegere potrivită”. Aceasta este logica normală: „Nu a fost o alegere potrivită. Această femeie nu este pentru mine. Am ales un partener greşit şi acum este normal să apară conflictul”. Astfel vei începe să cauţi alt partener.

Poţi continua la infinit. Te poţi căsători cu toate femeile din lume şi vei gândi la fel. Şi acea dorinţă subtilă care creează toate aceste probleme nu o vezi. Este foarte subtilă. Pe femeie o poţi vedea; dorinţa nu o vezi. Dar nu femeia sau bărbatul este cel care te face să devii frustrat, ci dorinţa.

Dacă poţi înţelege acest lucru, atunci vei deveni înţelept. Dacă continui să schimbi obiectele eşti ignorant. Înţelepciunea nu poate apărea decât în clipa în care ajungi să te simţi pe tine, dar totodată să simţi şi acea dorinţă care creează toate problemele. Atunci nu vei mai continua să schimbi mereu obiectele; pur şi simplu abandonezi efortul de a poseda, de a dori.

În momentul în care această dorinţă nu va mai persista, întreaga lume devine divină. Întotdeauna a fost aşa, doar că tu nu ţii ochii deschişi. Ochii îţi erau plini de dorinţă. Când ochii îţi sunt plini de dorinţă, divinul apare

ca fiind lumea. Deschide ochii şi nu îi mai ţine umbriţi de dorinţă şi chiar în acea clipă lumea va apărea ca fiind divinul.

Lumea şi divinul nu sunt două lucruri, nu sunt două existenţe, ci două căi de a privi acelaşi lucru, două tipuri de percepţie. O percepţie este umbrită de dorinţă, iar cealaltă nu este umbrită de dorinţă. Dacă poţi privi fără să ai ochii plini de lacrimile frustrării şi de visele speranţei, atunci lumea nu va exista, doar divinul este acolo – existenţa este divină. Aceasta este tantra. Şi când tantra spune să le transcenzi pe amândouă, ea nu este interesată de una sau alta – este preocupată doar de transcendere.

Întrebarea continuă: *„Şi ce este acel ceva care le transcende pe amândouă*?” La aceasta nu se poate răspunde, deoarece în momentul în care spui ceva, deja ai intrat în tărâmul dualităţii. Orice poate fi spus despre Dumnezeu este fals.

Limbajul este dual. Nu există un limbaj non dual – nu poate fi. Limbajul are sens tocmai datorită dualismului din el. Eu spun lumină; imediat în mintea ta apare cuvântul „întuneric” sau „negru”. Spun iubire şi imediat în spatele acestuia stă ascunsă ura. Spun zi, imediat apare noaptea. Când spun lumină şi întunericul nu ar fi cunoscut, atunci cum ai defini acea lumină?

Noi putem defini ceva doar datorită termenilor opuşi. Spun lumină şi dacă mă întrebi ce este lumina, atunci îţi spun că nu este întunericul. Dacă cineva te întreabă ce este mintea, tu îi spui că este ceea ce nu este corpul. Când te va întreabă ce este corpul, îi vei spune că este opusul minţii. Toţi termenii se învârt în cerc şi aceştia nu au sens deoarece nu cunoşti prin ei nici mintea şi nici corpul. Când te întreb de minte, tu o defineşti prin corp, care nu este definit. Când te întreb de corp, îl defineşti prin minte, care nici ea nu este definită.

Acest lucru este bun pentru joacă – limbajul este un joc. Dar noi nu simţim niciodată că este circular, că este absurd; prin el nimic nu este defin it, deci cum ai putea defini ceva? Când întreb de minte, imediat aduci în

discuţie corpul – iar acesta este nedefinit. Defineşti mintea printr-un termen nedefinit. Şi dacă apoi întreb: „Ce vrei să spui prin corp?” – îl vei defini prin minte. Este absurd – dar altă cale nu există.

Limbajul este dual şi el există prin termeni opuşi. Nu poate fi altfel. Orice va fi spus este greşit. Se mai pot folosi simboluri, se poate indica ceva, dar cea mai bună este tăcerea. Tot ce se poate spune este prin tăcere. Se poate vorbi şi se poate defini orice – dar nu şi finalul. Pe acesta îl poţi cunoaşte, îl poţi gusta, poţi fi el, dar nu se poate spune nimic despre el. Putem spune ceva doar în sens negativ. Nu putem spune ce este, dar putem spune ce nu este.

Întreaga tradiţie mistică foloseşte termeni negativi pentru a defini acest lucru. Dacă întrebi ce este acesta, ţi se va răspunde: „Finalul nu este aceasta, nu este aceea. Nu este viaţă şi nici moarte. Nu este lumină şi nici întuneric. Nu este nici apropiat şi nici îndepărtat. Nu este nici eu şi nici tu. „Acesta este modul în care ţi se va vorbi – dar pare ceva lipsit de sens.

Abandonează dorinţa şi vei ajunge să stai faţă în faţă cu finalul. Şi experienţa este atât de profundă, individuală şi non-verbală, încât chiar şi după ce l-ai cunoscut, tot nu vei putea spune nimic despre el. Vei deveni tăcut. Sau cel mult poţi spune ceea ce spun şi eu – „Nimic nu poate fi spus despre acesta”.

Atunci de ce mai discutăm aşa de mult? De ce mai continui să vorbesc despre ceva ce nu poate fi exprimat? Tocmai pentru a te aduce aproape de acel punct în care nu mai poate fi spus nimic. Pentru a te aduce lângă acel abis de unde tu poţi sări din limbaj. Până în acel punct limbajul poate fi folositor.

Până în momentul în care eşti gata să faci săritura limbajul este folositor, dar în clipa în care ai sărit, acolo este tăcerea – aceasta este mai presus de limbaj.

Prin limbaj te pot duce până la sfârşitul lumii – chiar până la sfârşitul lumii – dar spre divin nu te pot mişca absolut deloc prin limbaj. Însă este bine să te duc până la acel sfârşit al lumii, deoarece de acolo poţi vedea singur

beatificul abis care există dincolo. Şi apoi acela te va chema singur la el; acel abis te va atrage, va deveni un magnet. Pentru tine va fi imposibil să te mai întorci, să te retragi. Abisul este atât de încântător – abisul tăcerii – încât vei sări chiar înainte să-ţi dai seama.

De aceea continui să vorbesc, dar ştiu bine că tot ceea ce spun nu te va ajuta să îl cunoşti. Dar te va ajuta să faci saltul. Este ceva metodic. Va părea ceva paradoxal şi contradictoriu dacă îţi spun că limbajul pe care îl folosesc şi pe care toţi misticii l-au folosit este doar pentru a te aduce pe tine în templul tăcerii – pentru a te atrage în tăcere. Pare paradoxal. Atunci de ce mai folosesc cuvintele? Eu pot folosi şi tăcerea, dar atunci nu vei înţelege nimic.

Când vorbesc cu nişte nebuni, trebuie să folosesc o limbă a nebunilor. Pentru tine folosesc limbajul. Dar nu înseamnă că prin el poate fi exprimat ceva; doar vorbăria ta interioară poate fi distrusă. Este ca şi cum ai avea un ghimpe în talpă – nu îl poţi scoate decât cu ajutorul altui ghimpe. La fel este şi cu limbajul. Mintea ta este plină de cuvinte, de spini. Ceea ce încerc să fac este să scot afară din tine aceste cuvinte. Iar pentru aceasta folosesc, de asemenea, cuvintele. Eşti plin de otravă şi eu îţi dau o altă doză de otravă – un antidot care este de fapt tot o otravă. Un spin poate scoate alt spin; apoi pot fi amândoi aruncaţi.

Când ajungi la acel punct din care poţi sări, atunci poţi arunca tot ceea ce ţi-am spus; este chiar periculos să mai duci cu tine tot felul de cuvinte. Vei ajunge să realizezi că limbajul este nefolositor, că este periculos, că această verbalizare interioară este singura barieră, iar când eşti gata să fii tăcut, ţine bine minte – nu duce cu tine nimic din ce ţi-am spus. Deoarece adevărul nu poate fi exprimat, tot ce este spus nu poate fi adevărat. Nu fi împovărat de aceste lucruri.

Ultimul lucru pe care Zarathustra i-a spus discipolilor săi este minunat. El i-a învăţat, le-a oferit nenumărate străfulgerări spirituale, iluminatorii, i-a condus pe calea aventurii finale şi ultimul lucru pe care l-a spus a fost

următorul: „Acum vă părăsesc. Acum nu mai fiţi atenţi la Zarathustra”.

Ei l-au întrebat: „Ce vrei să spui? Cum adică să nu mai fim atenţi la Zarathustra? Tu eşti maestrul nostru, tu eşti singura noastră speranţă”.

El a continuat: „Acum fiţi atenţi la tot ce v-am spus. Nu vă agăţaţi de mine, pentru că altfel voi deveni o povară, o încătuşare pentru voi”.

Când un spin a scos ghimpele care te rănea, aruncă-le pe amândouă. După ce te-am pregătit să intri în tăcere, atunci să fii atent şi la mine.

Trebuie să elimini tot ce ai auzit – este fără de folos să mai ţii un gunoi. Acesta este folositor până la punctul în care devii pregătit să faci saltul în tăcere. Nu se poate spune nimic despre ceea ce le transcende pe amândouă. Asta este tot ce se poate spune – şi este deja prea mult. Dacă poţi înţelege acest lucru, atunci îţi este de ajuns pentru a-ţi indica ceea ce trebuie.

Spun următorul lucru: dacă mintea devine complet goală de cuvinte, tu vei cunoaşte despre ceea ce vorbesc. Când nu vei mai fi împovărat de gânduri, vei realiza aceasta, deoarece ea se află deja acolo. Nu este ceva ce se va întâmpla; deja s-a întâmplat în interiorul tău. Tu eşti doar o expresie a ei. Dar eşti atât de implicat în gânduri încât pierzi mereu cheia. Eşti prea concentrat asupra norilor; ai uitat de cer. Permite-le norilor să dispară şi acolo vei vedea cerul care te-a aşteptat întotdeauna. Transcendentalul te aşteaptă. Doar abandonează, aruncă dualitatea şi îl vei vedea.

4. Ai spus că cel care este învăluit de frică nu poate iubi şi nici nu poate atinge divinitatea. Dar care este calea tantrică prin care se poate scăpa de frică?

De ce vrei să scapi de frică? Sau ai început să îţi fie frică de frică? Dacă ai început să te temi de frică, aceasta este o nouă frică. Acesta este modul în care mintea recreează mereu acelaşi model. Eu spun: „Nu dori şi vei atinge divinul”. Tu întrebi: „Chiar aşa? Dacă nu dorim, atunci vom atinge divinul?” Deja ai început să doreşti

divinul.

Eu spun: „Dacă acolo există frica, iubirea nu poate exista” – atunci începi să te temi de frică şi întrebi: „Cum se poate scăpa de frică?” Aceasta este însă tot o frică şi este chiar mai periculoasă decât prima, deoarece prima era naturală; a doua este complet nenaturală. Şi este atât de subtilă încât nici nu eşti conştient de ceea ce întrebi – cum se poate scăpa de frică?

Întrebarea nu este cum să scapi de ceva anume; problema este doar de înţelegere. Înţelege frica, ce este ea, şi nu încerca să scapi de ea, deoarece când încerci să scapi de ceva anume, atunci nu eşti pregătit să înţelegi – pentru că mintea care se gândeşte să scape de ceva, deja este închisă. Ea nu este deschisă înţelegerii, nu este înţelegătoare. Nu poate contempla în linişte, deja a luat o decizie. Acum frica a devenit răul, păcatul de care trebuie scăpat.

Nu încerca să scapi de nimic. Încearcă să înţelegi ce este frica. Şi dacă ai frică, accept-o. Ea este acolo. Nu încerca să o ascunzi. Nu încerca să creezi opusul ei. Accept-o ca pe o parte a fiinţei tale. Dacă este, este. Când o poţi accepta, deja a dispărut. Frica dispare prin acceptare; prin negare se dezvoltă.

Ajungi la un punct în care ştii că îţi este frică şi ajungi să înţelegi: „Datorită acestei frici, iubirea nu îmi poate apărea. Este în regulă, dar ce pot să fac?

Frica este acolo, deci un lucru se va întâmpla – nu voi pretinde că iubesc sau voi spune iubitei că mă agăţ de ea doar datorită fricii. Adânc în interior îmi este teamă. Voi fi sincer în această privinţă; nu voi păcăli pe nimeni şi nici chiar pe mine. Nu voi pretinde că iubesc. Voi spune că îmi este frică. Datorită fricii mă ataşez de cineva. Datorită fricii mă duc la templu sau la biserică să mă rog. Datorită fricii îmi amintesc de Dumnezeu. Dar ştiu foarte bine că aceasta nu este iubire, nu este rugăciune, ci este doar în ca care acţionează. îmi este frică şi ea se află în tot ceea ce fac. Voi accepta acest adevăr”.

Când accepţi un adevăr se produce un miracol. Chiar

această acceptare te transformă. Când ştii că înăuntrul tău există frica şi nu poţi face nimic în privinţa ei, atunci ce începi să faci? Tot ce poţi face este să pretinzi, iar aceste pretenţii pot ajunge la extrema cealaltă.

Un om foarte fricos poate deveni un om foarte curajos. El poate crea o armură în jurul său. Poate deveni foarte temerar doar pentru a arăta altora că lui nu îi este frică. Şi se poate păcăli foarte uşor prin faptul că dacă poate intra în orice pericol înseamnă că nu îi este frică de nimic. Dar chiar şi cel mai curajos om este fricos. Curajul său se află doar la suprafaţă; înăuntru el tremură. Se aruncă în tot felul de situaţii periculoase fără să fie conştient şi acolo începe să devină atât de angajat, de implicat în ceea ce face încât uită de frica sa – dar aceasta există.

Poţi crea un opus, dar acesta nu va schimba nimic. Poţi pretinde că nu îţi este frică – dar nu se schimbă deloc situaţia. Singura transformare care se poate produce este să devii conştient de faptul că: „Îmi este frică. Toată fiinţa mea tremură şi tot ce fac, fac din cauza fricii”. Atunci ai devenit sincer cu tine.

Atunci nu îţi mai este teamă de frică. Ea se află în interior – face parte din tine şi nu se poate face nimic în privinţa ei. Ai acceptat-o. Acum nu mai pretinzi, nu mai păcăleşti pe nimeni, nici chiar pe tine. Adevărul este acolo şi ţie nu îţi este frică de el. Frica începe să dispară, deoarece o persoană care nu se teme să îşi accepte frica devine neînfricată – aceasta este cel mai mare curaj posibil. El nu a creat un opus, deci în el nu există o dualitate. Doar a acceptat faptul în sine. A devenit umil în faţa acestuia. El nu ştie ce să facă – dar nimeni nu ştie – şi nimic nu poate fi făcut, însă cel puţin a încetat să mai se prefacă, nu mai foloseşte măşti şi nu mai pretinde. El a devenit autentic în frica sa.

Această autenticitate şi această acceptare a adevărului, te transformă radical. Şi tu devii autentic atunci când nu pretinzi, când nu creezi măşti, când nu devii o persoană falsă, când nu amăgeşti. Doar în această

autenticitate apare iubirea; frica dispare şi iubirea îşi face apariţia. Aceasta este alchimia interioară prin care răsare fenomenul iubirii.

Acum poţi iubi, poţi avea compasiune, înţelegere. Acum nu mai depinzi de nimeni – nu mai este nevoie. Ai acceptat adevărul.

Nu este nevoie să depinzi de cineva; nu este nevoie să posezi şi să fii posedat. Nu mai există o goană după altcineva. Te accepţi pe tine – prin aceasta apare iubirea. Ea îţi umple fiinţa. Nu îţi este frică de frică, nu încerci să scapi de ea. Când este acceptată, ea dispare.

Acceptă-ţi fiinţa autentică şi vei fi transformat. Ţine minte: *abilitatea de a accepta, de a avea o acceptare totală, este cheia tantrică cea mai secretă*. Nu respinge nimic. Prin respingere te mutilezi. Acceptă totul – orice ar fi. Nu condamna şi nu încerca să scapi de ceva.

Sunt multe lucruri implicate. Dacă încerci să scapi de frică; va trebui să îţi fragmentezi, să îţi divizezi fiinţa. Astfel te vei mutila singur. Când arunci un lucru, odată cu el este aruncat şi alt lucru – opusul aceluia – şi devii mutilat. Atunci nu mai eşti total. Şi nu poţi fi fericit până când nu eşti total şi întreg. A fi întreg înseamnă a fi sfânt. A fi fragmentat înseamnă să fii bolnav.

Deci îţi spun, încearcă să înţelegi frica. Existenţa ţi-a oferit-o. Poate că are un înţeles ascuns, poate că în ea este o comoară ascunsă, deci nu o arunca. Nimic din ceea ce îţi este dat, nu este inutil. Nu există nimic în interiorul tău care să nu poată fi folosit într-o simfonie, într-o sinteză mai sublimă.

Tot ce există în tine, fie că înţelegi sau nu, poate acţiona ca o treaptă. Nu te gândi la frică ca la o piedică; permite-i să devină o treaptă. Poţi considera că ea este o piedică – dar nu împiedica nimic. Dacă poţi călători pe ea, dacă o poţi folosi, îţi va fi dezvăluită de pe un nivel superior o nouă viziune a căii. Vei putea privi adânc în viitor, în potenţialitate.

Frica se află acolo pentru anumite scopuri. Încearcă să înţelegi acest lucru. O idee este următoarea: dacă nu

există frica, atunci vei deveni prea egoist. Fără ea nu vei mai încerca niciodată să te întorci, să te contopeşti în existenţă, în cosmos. Fără ea nu vei putea supravieţui. Deci frica face ceva pentru tine. Oricum ai fi tu, ea îşi are un rol precis.

Dar dacă încerci să o ascunzi, să o distrugi, vei fi divizat şi te vei dezintegra. Accept-o şi foloseşte-o. Şi în momentul în care ştii că ai acceptat – o, ea dispare. Gândeşte-te la următorul lucru: dacă îţi accepţi frica, atunci unde se mai află ea?

Un om venise şi mi-a spus: „Îmi este foarte frică de moarte". Suferea de cancer şi moartea era o certitudine; putea veni oricând. Şi el nu mai putea amâna nimic. Ştia cu siguranţă că se va întâmpla în câteva luni sau chiar săptămâni.

Tremura, pur şi simplu îşi arăta vizibil frica, şi mă întreba: „Spune-mi un singur lucru: cum pot scăpa de această frică de moarte? Dă-mi o mantra sau altceva care să mă protejeze şi să-mi dea curaj în faţa morţii.

Nu vreau să mor tremurând de frică. Am fost la mulţi sfinţi. Ei au fost foarte buni cu mine şi m-au învăţat multe lucruri. Unul mi-a dat o mantra, altul nişte cenuşă sacră, altul mi-a dat poza sa, dar nimic din toate acestea nu m-ai ajutat.

Totul este zadarnic. Acum am venit la tine ca la ultima speranţă. Nu mă voi mai duce la altcineva. Dă-mi ceva pentru aceasta". I-am spus: „Tot nu eşti conştient. De ce mai ceri ceva? Faci aceasta doar pentru a scăpa de frică? Dar nimic nu te va ajuta. Nu îţi pot da nimic; şi eu voi da greş aşa cum au dat şi ceilalţi la care ai fost înainte. Şi aceştia ţi-au oferit ceva deoarece nu ştiau ce fac. Îţi pot spune un singur lucru: acceptă.

Tremură dacă acolo este tremuratul – ce poţi face altceva? Moartea este o certitudine, iar dacă simţi că tremuri, tremură. Nu respinge, nu reprima. Nu încerca să fii curajos. Nu este nicio nevoie de acest lucru. Moartea există. Este normal. Teme-te în totalitate".

Atunci a întrebat: „Ce vrei să spui? Tu nu mi-ai dat

nimic şi spui totuşi să accept”.

I-am repetat: „Da, acceptă. Du-te şi mori în pace şi acceptă totul”. După trei sau patru zile a venit înapoi şi a spus: „A mers. Până acum nu puteam dormi, dar zilele acestea am dormit profund – ai dreptate. Tu ai dreptate! Frica este acolo, moartea este acolo, nu se poate face nimic în privinţa lor. Pentru mine toate mantrele sunt doar amânare: nimic nu poate fi făcut”.

Niciun doctor, niciun sfânt nu te poate ajuta. Moartea este o certitudine, este un fapt şi este foarte natural să începi să tremuri. Furtuna apare şi toţi copacii tremură de frică. Aceştia nu se duc la vreun sfânt ca să îl întrebe cum să nu mai tremure atunci când apare furtuna. Copacul nu cere vreo mantră ca să îl protejeze. El va tremura. Este natural să fie aşa.

Şi omul a spus: „Da, mi s-a întâmplat un miracol. Acum nu îmi mai este deloc frică”. Dacă accepţi, frica dispare. Când respingi, rezişti, lupţi atunci nu faci altceva decât să îi dai energie fricii. Acel om a murit liniştit şi în pace, deoarece a putut accepta frica. Frica dispare şi ea, nu este veşnică.

5. Datorită folosirii unor tehnici similare cu a doua tehnică pe care am discutat-o ieri, aud nişte sunete ca cel al curgerii unui râu sau curent de apă. Pot şti ce fel de sunet este acesta? Dacă am înţeles eu bine, acolo nu trebuie să existe vreun gând sau sunet, ci o tăcere completă. Atunci ce este acest sunet?

La început, înainte de să apară tăcerea, îţi apare sunetul. Deci acesta este un semn bun. Cuvintele, limbajul, verbalizarea, acestea dispar; al doilea nivel este cel al sunetului. Dar nu lupta cu el; bucură-te de el. Va deveni muzical, tu vei fi plin de muzica sa şi prin el vei deveni mai viu.

Când mintea dispare, în interior apare un sunet natural. Permite-i să apară. Meditează asupra sa. Nu lupta cu el; fii un martor al lui – şi el se va adânci. Iar dacă nu lupţi cu el, acesta va dispărea de la sine şi atunci te vei cufunda în tăcere.

Cuvinte – sunete – tăcere. Cuvintele sunt umane, sunetele sunt naturale, tăcerea este cosmică.

Deci este un semn bun. Acesta este numit *nada*, sunetul interior. Ascultă-l, bucură-te de el, fii un martor al său. Va dispărea. Şi nu trebuie să te tulbure, nu simţi că acesta nu are ce să caute acolo. Dacă spui aceasta sau dacă încerci să scapi de el, vei ajunge din nou la primul nivel – la cuvinte. Ţine bine minte acest fapt. Când începi să lupţi cu acest al doilea nivel, al sunetului, atunci ai început deja să gândeşti şi acolo şi-au făcut apariţia cuvintele. Dacă spui orice despre el, l-ai pierdut şi eşti din nou aruncat în primul nivel. Ai revenit la minte.

Nu spune nimic, nu te gândi la el. Nu spune nici măcar că este un sunet. Doar ascultă-l. Nu crea vreun cuvânt în jurul său. Nu îi da vreo formă sau vreun nume. Lasă-l să fiinţeze aşa cum este el. Permite-i să curgă şi tu fii doar un martor. Curentul curge şi tu stai pe mal, eşti un observator – nu cunoşti nici măcar numele său, nu ştii unde se duce, nu ştii de unde vine.

Doar stai aproape de sunet şi mai devreme sau mai târziu el va dispărea şi tăcerea îşi va face apariţia. Acesta este un semn bun. Ai ajuns la al doilea nivel. Dar dacă încerci să te gândeşti la el, îl vei pierde şi vei fi aruncat înapoi în primul nivel. Când nu te gândeşti la el şi te poţi bucura că îl observi, atunci vei pătrunde mai adânc spre cel de-al treilea nivel.

61. TEHNICI PENTRU A DEVENI UNA CU ÎNTREGUL

2. VII.1973, Bombay

SUTRE:

88. Fiecare lucru este perceput prin cunoaştere. Sinele străluceşte în spaţiu prin cunoaştere. Percepe fiinţa ca fiind cunoscătorul şi cunoscutul.

89. Preaiubito, chiar în această clipă lasă mintea, cunoaşterea, respiraţia, forma, să fie incluse.

Am auzit o anecdotă. Într-o campanie a Partidului Conservator a fost invitat să vorbească Lordul Mancroft. El a ajuns la timp, s-a urcat la tribună – era puţin agitat – şi a

spus publicului: „Vă rog să mă iertaţi, dar îmi scurtez puţin discursul, deoarece mi-a luat foc casa”. Acelaşi lucru se întâmplă tuturor. Casa este în flăcări, iar tu eşti doar puţin agitat. Casa fiecăruia arde, dar nimeni nu este conştient de acest fapt – nu eşti conştient de moarte şi de faptul că viaţa ţi se scurge printre degete.

În fiecare moment mori, în fiecare moment pierzi o posibilitate care nu mai poate fi câştigată. Timpul irosit este pierdut; nu se mai poate face nimic pentru a fi recâştigat; odată cu trecerea fiecărei clipe viaţa devine din ce în ce mai scurtă.

Iată ce înţeleg atunci când spun că îţi arde casa. Problema este că tu nu pari deloc îngrijorat de aceasta. Tu nu eşti conştient de acest fapt. Este o realitate; dar atenţia ta nu se află acolo. Şi fiecare crede că are destul timp pentru a face ceva. Nu există prea mult timp, deoarece sunt foarte multe de făcut.

S-a întâmplat odată ca în iad să nu mai intre nimeni. Diavolul însă îi aştepta la poartă pe cei care ar putea ajunge la el. Problema era că oamenii de pe Pământ o duceau atât de bine încât nu mai venea nimeni în iad. Bineînţeles că a început să se îngrijoreze şi a întrunit imediat un consiliu, în care s-au adunat cei mai mari discipoli ai săi pentru a discuta ce să facă cu privire la această situaţie. Iadul trecea printr-o mare criză, iar acest lucru nu putea fi tolerat. Trebuia făcut ceva şi atunci a pus în discuţie tema: „Ce trebuie să facem?”

Un discipol a spus: „Eu mă pot duce pe Pământ şi voi încerca să îi conving pe oameni că nu există Dumnezeu şi că tot ce scrie în Biblie, Coran sau Vede este complet fals”.

Diavolul a spus: „Nu va avea efect, deoarece noi am făcut acest lucru încă de la început şi nu a influenţat oamenii prea mult. Prin aceasta nu îi poţi convinge decât pe cei care sunt deja convinşi. Aşadar nu este o idee prea bună”.

Al doilea drăcuşor a spus: „Eu am altă idee: mă duc şi îi conving pe oameni că ceea ce spune Biblia sau Coranul sau Vedele este adevărat. Le spun că există Dumnezeu şi

există raiul; de asemenea, le mai spun că nu există diavol sau iad şi deci nu trebuie să le fie frică. Iar dacă reuşim să îi putem face să nu le mai fie frică, atunci nu îi va mai interesa religia, deoarece aceasta este bazată pe frică".

Diavolul a spus: „Propunerea ta este mai bună. Prin aceasta poţi convinge o minoritate, dar majoritatea nu te va asculta. Multora nu le este atât de frică de iad pe cât sunt de lacomi după rai. Chiar dacă îi convingi că nu există iadul, ei tot vor încerca să intre în rai şi vor încerca să fie buni ca să poată pătrunde acolo. Deci nici aceasta nu merge".

Apoi un al treilea, mai subtil decât ceilalţi, a spus: „Am o altă idee. Dă-mi o şansă să o încerc. Eu mă voi duce şi voi spune că ceea ce predică religia este adevărat – există Dumnezeu şi diavol, există rai şi iad – dar că nu este nicio grabă pentru aceasta".

Diavolul a zis: „Foarte bine! Tu ai metoda cea mai potrivită. Du-te!" Şi se spune că de atunci iadul nu se mai află în criză. Mai degrabă, drăcuşorii acum sunt îngrijoraţi de suprapopulare.

Astfel funcţionează minţile noastre: gândim mereu că nu este nicio grabă. Aceste tehnici pe care le discutăm nu vor avea niciun folos dacă mintea crede că nu este nicio grabă. Atunci vei amâna totul şi la un moment dat va apărea moartea. Acea zi despre care crezi că o să vină, nu va veni. Va apărea mai întâi moartea şi vei pierde. Poţi continua să amâni. Iată ce am făcut cu vieţile noastre.

Trebuie să fii decis să acţionezi. Te afli într-o criză – îţi arde casa. Viaţa este mereu pusă în pericol, deoarece moartea este veşnic ascunsă în spatele ei;

În orice moment poţi dispărea. Iar cu moartea nu te poţi contrazice. Nu poţi face nimic. Când apare, apare. Timpul este foarte scurt – chiar dacă trăieşti o sută de ani. Ceea ce trebuie să faci în privinţa ta – să te transformi, să devii fiinţă nouă – necesită o muncă foarte îndelungată. Nu mai amâna.

Până când nu simţi că acolo este o urgenţă, o criză, nu vei face nimic. Până când nu simţi că religia reprezintă

un proces critic pentru tine şi până nu simţi cu adevărat că trebuie să faci ceva pentru a te transforma, doar îţi vei pierde timpul fără rost... Dacă simţi profund şi în mod cinstit acest lucru, atunci tehnicile îţi vor fi de folos.

Poate că le înţelegi – dar înţelegerea lor nu este îndeajuns până când nu acţionezi. Până când nu faci ceva în legătură cu ele, înseamnă că de fapt nu le-ai înţeles, deoarece înţelegerea trebuie să devină acţiune. Când aceasta nu devine acţiune, înseamnă că este doar o acceptare şi nu o înţelegere.

Încearcă să înţelegi această distincţie: acceptarea nu este înţelegere. Aceasta nu te va împinge spre acţiune. Nu te va îndrepta spre nicio transformare. Ea va deveni o informaţie, vei acumula totul mental. Vei fi mai cunoscător. Dar când va apărea moartea, totul se va opri. Tu continui să aduni tot felul de lucruri, dar nu faci nimic în privinţa lor. Acestea devin o povară pe care doar o cari după tine.

Înţelegerea înseamnă acţiune. Când înţelegi un lucru, începi imediat să lucrezi asupra sa. Altminteri totul nu este decât ceva împrumutat, iar cunoaşterea împrumutată nu poate deveni înţelegere. Poţi uita că tot ce ai este ceva împrumutat – şi chiar vrei să uiţi, deoarece un lucru împrumutat răneşte ego-ul. Deci uiţi că tot ce ai este împrumutat. Cu timpul începi să simţi că este propriul tău lucru. Este ceva foarte periculos.

Am auzit o anecdotă. Congregaţia unei biserici era foarte plictisită de preotul lor. S-a ajuns la un moment în care aceştia chiar i-au spus direct: „Trebuie să pleci de la noi”.

Preotul a spus: „Mai daţi-mi o şansă, încă o şansă şi dacă nu vă convine, voi pleca”.

Duminica următoare s-au adunat la biserică toţi credincioşii pentru a vedea cum acţionează preotul. Dar nu le-a venit să creadă; nu îşi închipuiseră că în acea zi vor auzi o predică atât de minunată. Nu au mai auzit niciodată aşa ceva.

Erau surprinşi şi totodată încântaţi, iar după ce predica a luat sfârşit s-au adunat în jurul preotului şi i-au

spus: „Nu mai trebuie să pleci. Rămâi la noi. Nu am mai auzit aşa ceva înainte – niciodată. Stai aici şi îţi vom mări chiar şi salariul”.

Dar un foarte proeminent membru al congregaţiei, l-a întrebat: „Spune-mi un singur lucru. Când ţi-ai început predica ai ridicat mâna stângă având două degete ridicate, iar când ai încheiat ai făcut acelaşi lucru, dar cu mâna dreaptă. Care este înţelesul acestui simbol?”

Preotul a spus: „Este uşor. Acele degete reprezintă simbolul pentru ghilimelele care se pun la citate. Această predică nu era a mea – era ceva împrumutat”.

Adu-ţi aminte întotdeauna de aceste ghilimele. Este foarte uşor să uiţi de ele, te simţi foarte bine când uiţi, dar tot ce cunoşti se află între aceste ghilimele – nu este nimic al tău. Şi nu poţi elimina ghilimelele decât atunci când ceva anume a devenit propria ta experienţă.

Aceste tehnici sunt pentru a schimba cunoaşterea în experienţă, acceptarea în înţelegere.

Ceea ce aparţine unui Buddha sau unui Krishna sau unui Iisus, prin aceste tehnici îţi poate aparţine şi ţie – poate deveni proprietatea ta. Iar până când nu devine al tău, niciun adevăr nu este adevărat. Poate fi o minciună minunată şi foarte frumoasă, dar nimic nu este adevărat până când nu devine propria experienţă – individuală şi autentică.

Aminteşte-ţi întotdeauna trei lucruri: ţine minte că îţi arde casa. Al doilea: nu îl asculta pe diavol. El îţi va spune mereu că nu este nigi o grabă. Iar al treilea: acceptarea nu este înţelegere.

Orice voi spune aici tu vei accepta şi te vei obişnui cu aceasta. Este nevoie de acest lucru, dar nu este îndeajuns. Acest lucru te face să porneşti în călătorie, dar nu este sfârşitul. Acţionează astfel încât cunoaşterea să nu rămână doar cunoaştere, să nu rămână o amintire, ci să devină experienţa şi viaţa ta.

88. Fiecare lucru este perceput prin cunoaştere. Sinele străluceşte în spaţiu prin cunoaştere. Percepe fiinţa ca fiind cunoscătorul şi cunoscutul.

Ori de câte ori cunoşti ceva, acesta este cunoscut prin cunoaştere. Obiectul pătrunde în minte prin facultatea cunoaşterii. Priveşti o floare: ştii că este un trandafir. Floarea este exterioară, iar tu te afli în interior. Ceva din tine pleacă spre trandafir, este proiectat spre el. Energia se duce la trandafir şi îi simte forma, culoarea şi mirosul, iar apoi se întoarce şi te informează ce floare ai în faţă.

Orice cunoaştere este dezvăluită prin facultatea cunoaşterii. Aceasta este facultatea ta. Iar cunoaşterea dezvăluie două lucruri: cunoscutul şi cunoscătorul. De exemplu, oricând cunoşti un trandafir, cunoaşterea ta este doar pe jumătate dacă uiţi de cunoscătorul care cunoaşte. Deci când cunoşti un trandafir acolo sunt trei lucruri: trandafir-ul – cunoscutul; cunoscătorul – tu; şi relaţia dintre cele două – cunoaşterea.

Deci acest proces poate fi împărţit în trei puncte: cunoscătorul, cunoscutul şi cunoaşterea. Cunoaşterea este ca un pod între două puncte – /V

subiect şi obiect. În mod obişnuit, cunoaşterea ta îţi dezvăluie doar cunoscutul; cunoscătorul rămâne nedezvăluit. Cunoaşterea unui om obişnuit este îndreptată într-un singur sens: aceasta arată spre trandafir, dar nu arată niciodată spre tine. Până când aceasta nu va arăta spre tine, ea îţi va arăta doar lumea, îţi va permite să cunoşti materia, dar nu şi pe tine însuţi.

Toate tehnicile de meditaţie sunt create pentru a dezvălui cunoscătorul. George Gurdjieff folosea o tehnică asemănătoare cu aceasta. El a numit-o *amintirea-de-sine*. El spunea să îţi aduci aminte de cunoscător oricând cunoşti ceva. Nu îl uita în obiect. Adu-ţi aminte de subiect.

De exemplu, mă asculţi pe mine. Când faci acest lucru o poţi face în două feluri. Unul în care mintea îţi este focalizată asupra mea – şi atunci uiţi de ascultător.

Astfel este cunoscut cel care vorbeşte, dar este uitat cel care ascultă. Gurdjieff spunea să cunoşti şi ascultătorul şi vorbitorul. Cunoaşterea trebuie să fie îndreptată în două direcţii, să arate spre două puncte – spre cunoscut şi spre cunoscător. Nu trebuie să arate doar spre obiect. Trebuie

să curgi simultan în două direcţii. Aceasta este *amintirea-de-sine*.

Când priveşti o floare, adu-ţi aminte şi de cel care priveşte. Este dificil, pentru că dacă încerci să fii conştient de cunoscător, vei uita de trandafir. Dacă devii conştient de cunoscător, va fi uitat cunoscutul, iar când devii conştient de cunoscut, atunci va fi uitat cunoscătorul.

Însă printr-un mic efort vei deveni conştient de ambele, în mod simultan – şi aceasta este ceea ce Gurdjieff a denumit a fi *amintirea-de-sine*. Aceasta este una dintre cele mai vechi tehnici; a folosit-o şi Buddha. Dar Gurdjieff a fost cel care a reintrodus-o în Occident.

Buddha a denumit-o *samyak smriti* – atenţia, înţelegerea potrivită. El spunea că mintea nu are o înţelegere corectă atâta timp cât nu cunoaşte decât un singur punct. Trebuie să le cunoască pe amândouă. Atunci se produce un miracol: dacă devii conştient şi de cunoscut şi de cunoscător, atunci brusc devii un al treilea – nu eşti niciunul dintre ele.

Doar prin încercarea de a fi conştient la amândouă, devii un martor. Acolo apare imediat o a treia posibilitate, apare în fiinţă un sine-observator; altminteri cum ai putea să le cunoşti pe amândouă? Acum tu rămâi fixat într – /V

un singur punct – cel al cunoscutului. În amintirea-de-sine te mişti din acel punct fix. Atunci cunoscătorul este mintea, cunoscutul este lumea şi tu devii un al treilea punct – o conştiinţă, un sine martor.

Acest al treilea punct nu poate fi depăşit, iar ceea ce nu poate fi transcens este finalul. Ceea ce poate fi depăşit nu are valoare, deoarece nu aceasta este natura ta – tu transcenzi totul.

O să încerc să explic altfel. De exemplu, noaptea dormi şi visezi. Dimineaţa te trezeşti şi visul este pierdut. Când eşti treaz nu îţi apare niciun vis, trăieşti într-o lume diferită. Te plimbi, lucrezi într-o fabrică sau într-un birou şi apoi te întorci acasă, iar noaptea adormi din nou. Atunci această lume a stării de veghe va dispărea complet. Nu îţi aminteşti cine eşti. Nu vei şti nici măcar dacă eşti alb sau

negru, sărac sau bogat, înţelept sau prost. Nu ştii dacă eşti tânăr sau bătrân, bărbat sau femeie. Tot ce se afla în legătură cu starea de veghe va dispărea – pătrunzi în lumea viselor. Uiţi de lumea exterioară, aceasta pur şi simplu nu mai există. Dar dimineaţa, lumea viselor va dispărea şi ea. Revii în lumea materială. Dar care este cea reală? Când visezi, lumea stării de veghe nu mai există. Nu poţi compara. Iar când eşti treaz, lumea viselor nu va exista. Care este cea reală? De ce numeşti lumea viselor ca fiind ireală? Care este criteriul?

Dacă spui: „Pentru că lumea viselor dispare atunci când mă trezesc” – acesta nu poate fi un criteriu, deoarece şi lumea stării de veghe dispare atunci când visezi.

Şi, de fapt, lumea viselor poate fi mult mai reală, deoarece când pătrunzi în ea nu îţi mai aminteşti nimic din lumea exterioară. Aşadar care este mai reală şi mai profundă? Lumea viselor şterge complet lumea materială pe care tu o denumeşti a fi reală. Dar lumea reală nu poate şterge complet lumea viselor; aceasta pare mai solidă, mai reală. Aşadar care este criteriul? Cum le poţi compara?

Tantra spune că amândouă sunt ireale. Atunci care este realul? Tantra spune că real este cel care cunoaşte lumea de vis dar şi lumea de veghe, doar acesta este real – deoarece el nu este niciodată depăşit. Indiferent că visezi sau eşti treaz, acesta este mereu acolo, el nu este şters.

Tantra spune că cel care cunoaşte visul şi veghea, lumea şi somnul, acesta este real – deoarece el există în permanenţă. Real este doar ceea ce nu poate fi şters de nimic, de niciun fel de experienţă. Ceea ce nu poate fi depăşit, dincolo de care nu mai poţi merge, acesta este Sinele tău. Dacă poţi merge mai departe, înseamnă că nu acela este Sinele tău.

Metoda lui Gurdjieff, *amintirea-de-sine*, ori metoda lui Buddha numită *atenţia corectă*, ori această sutra tantrică, toate conduc la un singur lucru. Ele te conduc la un punct interior în care nu există nici cunoscutul şi nici cunoscătorul, ci doar un sine-martor care le cunoaşte şi transcende pe amândouă.

Acest sine-martor este finalul, iar dincolo de el nu mai poţi trece. Nu poţi depăşi observarea. Deci, această observare este substratul ultim, este baza fundamentală a conştiinţei. Iar sutra despre care discutăm îţi va revela acest lucru.

Fiecare lucru este perceput prin cunoaştere. Sinele străluceşte în spaţiu prin cunoaştere. Percepe fiinţa ca fiind cunoscătorul şi cunoscutul.

Dacă poţi percepe în tine însuţi un punct care este şi cunoscător şi cunoscut, atunci ai depăşit obiectivitatea şi subiectivitatea. Ai transcens mintea şi materia, interiorul şi exteriorul. Ai ajuns la un punct unde acestea sunt una. Acolo nu mai există nicio diviziune.

Prin minte, divizarea încă există. Această divizare dispare doar în sinele-martor. Prin acesta nu mai poţi spune cine este cunoscut şi cine este cunoscătorul – este ambele. Însă acest fenomen trebuie bazat pe experienţă; altminteri totul nu va deveni altceva decât o discuţie filosofică. Aşadar încearcă, experimentează.

Stai lângă un trandafir: priveşte-l. Primul lucru care trebuie făcut este să fii total atent, acordă-i întreaga ta atenţie trandafirului, astfel încât lumea să dispară şi acolo să nu rămână decât trandafirul – conştiinţa ta este total atentă la fiinţa florii. Iar când atenţia este totală, lumea va dispărea – cu cât atenţia este mai focalizată asupra florii, cu atât totul din jurul tău dispare mai repede. Lumea se evaporă – doar trandafirul rămâne. El devine lumea.

Acesta este primul pas – să te concentrezi asupra florii. Dacă nu poţi să te focalizezi asupra florii, atunci îţi va fi dificil să te îndrepţi spre cunoscător, deoarece mintea este întotdeauna împrăştiată. Aşadar, concentrarea este primul pas spre meditaţie. Doar floarea rămâne; întreaga lume a dispărut. Acum poţi pătrunde în interior; trandafirul este punctul de unde poţi începe călătoria. Acum vezi trandafirul şi începi să devii conştient de tine – cunoscătorul.

La început nu vei reuşi. Imediat ce pleci de lângă trandafir, îl vei uita, va ieşi din conştiinţa ta; va deveni

şters, îl vei uita. Apoi vei reveni la el, dar vei uita de sine. Această joacă de-a faţa-ascunselea va continua mult timp, dar dacă persişti, mai devreme sau mai târziu, va veni un moment în care brusc te vei afla la mijloc. Cunoscătorul – mintea; cunoscutul – trandafirul – vor fi acolo, dar tu te vei afla undeva la mijloc şi le vei privi pe amândouă. Acest punct de mijloc, acest punct de echilibru este sinele-martor.

Odată ce l-ai cunoscut, ai devenit amândouă. Atunci cunoscutul, floarea şi cunoscătorul, sunt, pentru tine două aripi; obiectul şi subiectul sunt două aripi ale fiinţei; tu eşti centrul lor. Acestea sunt doar nişte extensii. Atunci divinul şi lumea sunt extensiile tale. Ai ajuns în chiar centrul fiinţei. Iar acest centru este doar un martor.

Percepe fiinţa ca fiind cunoscătorul şi cunoscutul.

Începe prin a te concentra la ceva. Când concentrarea a devenit totală, încearcă să pătrunzi în interior, fii atent la tine şi apoi încearcă să echilibrezi ceea ce este acolo. Îţi va lua ceva timp – luni, poate chiar ani de zile. Depinde cât de intens este efortul depus, deoarece aceeaşi efort de a ajunge în mijloc este foarte subtil. Dar este posibil, iar atunci când se produce, ai atins centrul existenţei. În acel centru tu exişti înrădăcinat, tăcut, extaziat, beatific; acolo nu mai este niciun fel de dualitate. Aceasta este ceea ce hinduşii au denumit ca fiind *samādhi*. Aceasta este ceea ce Iisus a denumit ca fiind împărăţia lui Dumnezeu.

Dacă înţelegi doar verbal şi nu acţionezi, atunci nu te va ajuta la nimic; transpune totul în practică şi vei simţi încă de la început că se întâmplă ceva. Când te concentrezi asupra florii, lumea va dispărea. Acesta este un miracol – dispariţia lumii. Atunci vei ajunge să înţelegi că atenţia ta este cea care este importantă şi că oriunde îţi îndrepţi atenţia acolo se creează o lume; iar de acolo de unde ea pleacă, totul dispare. Deci, prin atenţie poţi crea tot felul de lumi.

De exemplu, dacă iubeşti pe cineva, atunci nu va exista decât o singură persoană; orice altceva dispare. Ce

se întâmplă? De ce prin iubire rămâne doar o singură persoană? Întreaga lume dispare; aceasta este precum o umbră. Atunci doar o persoană este reală, deoarece mintea este concentrată doar asupra acesteia, mintea este total absorbită de acea persoană.

Orice altceva devine o umbră, o existenţă fantomatică – pentru tine nu mai este reală.

Când te poţi concentra, această concentrare transformă modelul existenţei tale, schimbă întregul şablon al minţii. Încearcă şi vei vedea. O poţi încerca pe o statuetă sau pe o floare, pe un copac sau chiar pe faţa iubitei sau prietenului – doar priveşte.

Dacă iubeşti pe cineva îţi va fi uşor să te concentrezi asupra chipului său. Toţi cei care au încercat să se concentreze asupra unui Buddha sau Iisus sau Krishna, au iubit. Era foarte uşor pentru Sariputtra sau pentru Maudgalyan sau pentru alţi discipoli să se concentreze asupra feţei lui Buddha; ei l-au iubit pe Buddha. În momentul în care priveau chipul acestuia, ei curgeau foarte uşor spre acela. Iubirea era cea care îi ajuta.

Deci, poţi încerca asupra oricărui chip; nu trebuie să faci altceva decât să te focalizezi asupra sa. Brusc, întreaga lume va dispărea; se va deschide o nouă dimensiune. Mintea este concentrată asupra unui punct şi atunci acel punct sau lucru devine întreaga ta lume.

Când spun acest lucru, mă refer la faptul că în clipa în care atenţia ta este total îndreptată spre ceva, atunci acel lucru devine întreaga lume. Tu creezi lumea prin atenţia proprie. Şi când eşti total absorbit, când curgi ca un curent de apă spre obiect, atunci devino brusc conştient de sursa originară din care izvorăşte această atenţie. Râul curge; acum nu trebuie decât să fii atent la originea sa.

La început te vei pierde, vei sări de la un lucru la altul. Când te vei îndrepta spre origine, vei uita de râu şi de obiectul spre care curge acesta. Iar când te îndrepţi spre obiect, vei uita de origine. Dar este natural să fie aşa, deoarece mintea este fixată întotdeauna doar asupra unui singur lucru: obiect sau subiect.

Din această cauză mulţi renunţă la lume. Această renunţare nu înseamnă altceva decât părăsirea obiectului; atunci te poţi concentra asupra ta. Dar acest lucru este uşor de făcut. Părăseşte lumea şi închideţi ochii şi simţurile – vei vedea că îţi este foarte uşor te concentrezi asupra ta, însă o astfel de conştientizare va fi falsă, deoarece acum ai ales un anumit punct al dualităţii. Este o altă extremă, a aceleiaşi boli.

Înainte erai conştient de obiect – de cunoscut, dar nu erai conştient de subiect – de cunoscător. Acum eşti fixat pe cunoscător şi ai uitat de cunoscut – eşti încă divizat în dualitate. Dar şi în această situaţie mintea nu este transformată, doar trece la alt şablon – nimic nu s-a schimbat.

Acesta este şi motivul pentru care eu pun accentul pe faptul de a nu se părăsi lumea obiectelor. Nu face aşa ceva. Mai degrabă încearcă să devii conştient în mod simultan şi de obiect şi de subiect – de interior şi de exterior în mod simultan. Poţi ajunge să fii echilibrat în ele doar atunci când ambele se află în preajma ta.

Când lângă tine nu se află decât una, atunci vei deveni obsedat de aceasta.

Cei care se duc în Himalaya şi se închid în ei înşişi, sunt la fel ca orice om obişnuit, diferenţa este de poziţie. Tu eşti fixat pe obiecte, ei sunt fixaţi pe subiect. Tu eşti fixat pe exterior, ei pe interior. Niciunul dintre voi nu este liber – deoarece nu puteţi fi liberi alegând doar ceva anume. Deveniţi identificaţi cu un singur lucru. Poţi deveni liber doar când eşti conştient de cele două puncte. Atunci vei deveni al treilea şi acest al treilea punct este chiar libertatea. Când ai doar un punct, devii identificat cu acesta. Când ai două puncte te poţi mişca, poţi balansa şi de aici este posibil să ajungi la un punct de mijloc absolut.

Buddha spunea că practica sa se rezumă doar la un singur lucru: calea de mijloc – *majjhim nikai*. Foarte mulţi nu au înţeles foarte bine de ce a insistat el asupra căii de mijloc. Iată motivul: deoarece întregul proces practicat de el a fost cel al atenţiei, al înţelegerii – aceasta este calea

de mijloc. Buddha spune: „Nu părăsi lumea şi nu te agăţa nici de lumea cealaltă. Mai degrabă fii la mijloc. Nu părăsi o extremă pentru a te îndrepta spre alta; doar rămâi la mijloc, deoarece acolo nu există niciuna dintre ele. Chiar în mijloc tu eşti liber. În mijloc nu există nicio dualitate. Ai ajuns la capătul călătoriei şi acum dualitatea a devenit o extensie a ta – ea va reprezenta doar două aripi care te ajută să zbori”.

Calea de mijloc a lui Buddha este bazată chiar pe această tehnică. Este minunată. Şi este minunată din mai multe motive. Unul dintre ele este foarte ştiinţific – doar între două puncte te poţi echilibra şi balansa. Dacă acolo nu există decât un singur punct, atunci este şi normal să apară dezechilibrul. Buddha spune că cei care sunt îndreptaţi spre lume sunt dezechilibraţi, dar la fel sunt şi cei care renunţă la lume; doar că aceştia din urmă sunt înclinaţi înspre cealaltă extremă. Un om echilibrat este cel care nu rămâne nici în această extremă şi nici în cealaltă; acesta trăieşte exact la mijloc. Nu îl poţi numi lumesc, dar nici anti-lumesc. El este liber să se mişte; nu este ataşat de nimic. El a ajuns la punctul de mijloc.

Al doilea motiv este următorul: este foarte uşor să te îndrepţi spre cealaltă extremă – extrem de uşor. Dacă mănânci prea mult, poţi foarte repede să te îndrepţi spre post, dar nu vei putea mânca moderat. Dacă vorbeşti prea mult, îţi va fi uşor să taci, dar nu vei putea vorbi mai puţin. Este uşor să iubeşti o persoană; şi la fel de uşor este să urăşti. Dar a fi pur şi simplu detaşat este extrem de dificil. Cazi dintr-o extremă în alta.

A rămâne la mijloc este foarte dificil. De ce? Pentru că la mijloc va trebui să îţi arunci mintea. Mintea ta există doar în extreme. Minte înseamnă excesul. Ea este mereu extremistă: ori eşti în favoarea a ceva, ori eşti împotrivă. Mintea nu poate exista în neutralitate: ea poate fi doar aici sau acolo – iar acest lucru se datorează faptului că ea are nevoie de opusuri.

Dacă nu este opusă faţă de niciun lucru, atunci va dispărea. Atunci ea nu mai are nicio funcţionalitate; nu mai

poate lucra.

Încearcă: devino neutru în orice, fii detaşat – şi brusc mintea nu va mai funcţiona. Dacă eşti în favoarea sau împotriva unui lucru, imediat va apărea şi gândirea. Când nu eşti nici pentru una nici pentru alta, atunci ce mai rămâne acolo de gândit?

Buddha spune că detaşarea este baza căii de mijloc. *Upeksha*, detaşarea

— Fii egal depărtat de extreme. Încearcă acest lucru: fii indiferent faţă de extreme. Astfel îţi va apărea un echilibru.

Acest echilibru îţi va oferi o nouă dimensiune a sentimentului că tu eşti cunoscătorul şi cunoscutul, corpul şi mintea, aceasta şi aceea. Tu eşti ambele şi niciuna – deasupra amândurora. A apărut în existenţă un triunghi.

Poate cunoşti faptul că multe secte şi societăţi secrete folosesc ca simbol triunghiul. Acesta este unul dintre cele mai vechi simboluri şi acest lucru s-a datorat simplului fapt că acesta are trei unghiuri, trei puncte. Omul are doar două unghiuri, al treilea îi lipseşte: Acesta încă nu se află prezent, încă nu a evoluat. Al treilea unghi se află deasupra celorlalte două. Acestea îi aparţin lui, fac parte din el, dar totuşi el este deasupra, superior acelora.

Dacă practici această tehnică vei putea crea în interiorul tău un triunghi. Acolo va apărea un al treilea unghi şi atunci tu nu vei mai suferi. Odată ce poţi deveni un martor, nu mai poţi suferi. Suferinţa şi mizeria nu înseamnă altceva decât identificarea cu ceva.

Dar în acest context trebuie înţeles un punct mai subtil – atunci nu te vei identifica nici chiar cu beatitudinea. De aceea Buddha spune: „Nu pot spune decât atât – că acolo nu va fi suferinţă. În samādhi, în extaz, nu va fi nicio durere. Nu pot spune că acolo va fi beatitudine. Nu pot spune aşa ceva. Pot spune doar că nu va fi suferinţă”.

Şi are dreptate, deoarece prin beatitudine se înţelege acea stare în care nu mai există niciun fel de identificare – nici chiar cu fericirea. Este ceva foarte subtil. Dacă simţi

că eşti fericit, mai devreme sau mai târziu, vei fi din nou nefericit. Prin fericire nu faci altceva decât să te pregăteşti de suferinţă.

Te simţi fericit: acum te identifici cu fericirea şi în acel moment deja a început nefericirea. Acum te vei agăţa de aceasta, îţi va fi frică de opusul ei şi te vei aştepta ca să rămâi mereu în starea de fericire. Dar prin aceasta nu ai făcut altceva decât să îi creezi suferinţei toate condiţiile prin care să apară; iar atunci când te identifici cu fericirea, de fapt te identifici şi cu suferinţa. Identificarea este boala.

În cel de-al treilea punct nu mai eşti identificat cu nimic: orice îţi apare nu te va afecta, totul va veni şi va pleca, iar tu rămâi un martor, un spectator – neutru, detaşat, neidentificat.

Dimineaţa, soarele răsare şi tu observi acest lucru. Dar nu vei spune: „Eu sunt dimineaţa”. La amiază nu vei afirma: „Am devenit şi amiaza”. Iar seara nu spui: „Eu sunt întunericul şi noaptea”. Eşti doar un martor. Vei spune: „A fost dimineaţă, apoi a venit amiaza, după aceea seara, iar acum este noapte. Acesteia îi va urma iarăşi dimineaţa şi cercul va continua la nesfârşit, dar eu sunt doar un observator. Sunt martorul acestora”.

Când acelaşi lucru devine posibil şi cu stările tale – cu ciclurile prin care treci – atunci devii un martor. Vei spune: „Acum a apărut fericirea – dar este la fel ca dimineaţa. După ea va veni noaptea – suferinţa. Stările se vor schimba în jurul meu, dar eu rămân centrat în mine. Nu mă ataşez de niciuna dintre ele. Nu mă voi agăţa de nicio stare. Nu voi spera nimic şi nu mă voi simţi frustrat. Eu doar voi observa. Voi vedea orice se întâmplă. Când vine ceva, voi observa; când dispare, de asemenea voi observa”.

Buddha foloseşte această tehnică. El îţi spune să priveşti orice gânduri apar. Indiferent că este un gând de fericire sau de suferinţă – priveşte la ele. La un moment dat, gândul ajunge la un punct culminant – priveşte-l. Apoi începe să coboare – priveşte-l. După aceea dispare – priveşte şi la asta. El apare, există, moare – tu eşti doar un

martor care continuă să privească. Acest al treilea punct te face să fii un observator, *sakshin*, iar a fi un martor este cea mai înaltă posibilitate a conştiinţei.

89. Preaiubito, chiar în această clipă lasă mintea, cunoaşterea, respiraţia, forma să fie incluse.

Această tehnică este puţin mai dificilă, dar dacă o poţi face este foarte frumoasă, minunată. Nu divide. Când stai în meditaţie, include totul – corpul, mintea, respiraţia, gândirea, cunoaşterea, totul. Include totul. Nu divide, nu crea nicio fragmentare. În mod normal noi fragmentăm totul. Spunem: „Eu nu sunt acest corp. „Există tehnici care pot folosi astfel de afirmaţii, dar această tehnică este total diferită – chiar opusă.

Nu divide. Nu spune: „Eu nu sunt corpul, nu sunt respiraţia şi nici mintea”. Spune doar: „Eu sunt totul” – şi fii totul. Nu crea niciun fel de fragmentare interioară. Ţine ochii închişi şi include în tine tot ceea ce există. Nu te focaliza asupra a ceva anume. Respiraţia vine şi pleacă; gândul la fel. Forma corpului tău se schimbă în permanenţă. Iar tu nu ai observat acest lucru.

Când ţii ochii închişi, simţi uneori că trupul este mai mare, iar alteori îl vei simţi mai mic; câteodată este foarte greu şi altă dată este foarte uşor, te simţi ca şi cum poţi zbura. Simţi creşterea şi descreşterea formei; uneori corpul este foarte mare – parcă ar umple întreaga cameră; iar alteori este foarte mic – este atomic.

De ce se schimbă această formă? Aceasta se schimbă după forma atenţiei tale. Când eşti inclusiv, el se va mări; când eşti exclusiv – eu nu sunt aceasta, nu sunt aceea – atunci va deveni foarte mic, va deveni atomic.

Sutra spune: *Preaiubito, chiar în această clipă lasă mintea, cunoaşterea, respiraţia, forma, să fie incluse.*

Include totul în fiinţa ta şi nu pierde nimic. Nu spune: „Eu nu sunt cutare” – ci spune: „Eu sunt…” – include totul. Dacă o poţi face este minunat, atunci vei simţi că se întâmplă multe lucruri noi. Vei simţi că nu mai există în tine niciun centru. Şi când acolo centrul a dispărut, ego-ul va dispărea şi el, doar conştiinţa rămâne – un cer ce

acoperă totul. Iar când aceasta începe să crească, acolo nu va fi inclusă doar forma sau respiraţia ta, ci întregul univers va fi inclus în tine.

Swami Ramateertha a folosit această tehnică în propria sa practică spirituală. Şi el a ajuns la un punct în care a început să spună: „Întreaga lume se află în mine; până chiar şi stelele se mişcă în mine”.

El se retrăsese în Himalaya şi când cineva venea şi spunea: „Este foarte frumos aici în Himalaya”.

Ramateertha îi răspundea: „Himalaya? Himalaya se află în tine”.

Mulţi credeau că a înnebunit. Cum ar putea să se afle Himalaya în el? Dar dacă practici această meditaţie vei simţi că totul există în interiorul tău. Cum de este posibil? Să încerc să explic.

Când te uiţi la mine nu poţi privi la cel car e stă aici în acest scaun. Tu, de fapt, priveşti o imagine care se află în mintea ta. Cum ai putea să mă cunoşti pe mine? Ochii tăi duc în interior doar o poză. De fapt, nu este nici măcar o poză – doar raze de lumină care îţi pătrund în ochi. Apoi nu ochii sunt cei care se duc la minte, ci razele care pătrund prin ei. Apoi, sistemul nervos transportă aceste raze, dar nu le poate duce ca raze, ci le transformă în anumite excitaţii nervoase. Aşadar doar aceste excitaţii nervoase călătoresc în tine şi apoi ele sunt decodificate şi mă vezi în minte.

Tu nu ai fost niciodată în afara minţii tale. Întreaga lume pe care o cunoşti, o decodifici şi o cunoşti mental. Munţii şi stelele se află în mintea ta, într-o existenţă foarte subtilă. Dacă închizi ochii şi simţi că totul este inclus în tine, vei ajunge să cunoşti faptul că întreaga lume se mişcă în interiorul tău. Odată ce simţi acest lucru, întreaga suferinţă individuală este dizolvată. Tu nu mai eşti individual. Ai devenit Absolutul, non-individualul. Ai devenit întreaga Existenţă.

Această tehnică îţi dilată conştiinţa. În Occident se folosesc multe droguri care expansionează conştiinţa – LSD, marihuana şi altele. Şi în India, în vremurile antice,

se foloseau. Pentru cei care folosesc droguri, această tehnică este foarte ajutătoare şi frumoasă. Prin droguri nu se caută altceva decât dilatarea conştiinţei.

Când iei LSD nu mai eşti închis în tine, ci atunci incluzi totul în interior. Au fost cazuri... O fată s-a aruncat de pe o clădire cu şapte etaje, deoarece simţise că nu poate muri, pentru ea moartea era imposibilă.

Simţise că poate zbura, nu mai avea frică de nimic, nu mai exista nimic care să o împiedice. A murit, dar în mintea ei – sub influenţa drogului – nu mai exista nicio limitare, moartea este complet eliminată.

Această dilatare a conştiinţei a devenit un capriciu, o manie, deoarece atunci te simţi foarte înălţat, te simţi foarte sus. Întreaga lume devine inclusă în tine. Devii imens şi în această extindere dispar toate suferinţele. Dar prin LSD sau marihuana această dilatare este falsă.

Prin tehnica despre care vorbim, acest sentiment devine real – întreaga lume apare cu adevărat în tine. Din două motive – unul este următorul: conştiinţa individuală nu este chiar individuală; adânc înăuntru este colectivă. Noi părem nişte insule, dar în adâncuri aceste insulele sunt legate de continent. Părem diferiţi – eu sunt conştient, tu eşti conştient – dar în adâncuri aceste insule sunt una.

De aceea se produc multe lucruri care par inexplicabile. Dacă meditezi de unul singur îţi va fi mai greu să pătrunzi în această unitate, decât atunci când meditezi într-un grup – deoarece grupul lucrează ca o unitate. În taberele de meditaţie am simţit şi am observat că după două sau trei zile, individualitatea fiecăruia dispare; devii parte dintr-o conştiinţă mult mai înaltă. Şi sunt simţite nişte unde foarte subtile; iar această conştiinţă de grup evoluează.

Deci când dansezi, nu tu eşti cel care dansează, ci acea conştiinţă de grup; tu eşti doar o parte a ei. Ritmul nu se află doar în tine, ci se află şi în afara ta. Ritmul te înconjoară de pretutindeni. Tu nu exişti în grup. Fenomenul superficial al insulei este uitat şi este realizat fenomenul profund al existenţei.

Într-un grup te afli aproape de divin; singur, te afli departe de divin, deoarece atunci eşti concentrat asupra ego-ului, asupra separării superficiale pe care ai creat-o. Această tehnică te ajută să te redescoperi, deoarece tu eşti una cu divinul. Este vorba doar să sapi, să realizezi, să te cufunzi în divin.

Într-un grup vei primi mereu energie. De exemplu, când eşti lângă cineva care îţi este duşman simţi că ţi se fură energie. De ce? Dacă te afli într-un grup prietenos, într-o familie, în care doar te relaxezi, te vei simţi vitalizat, energizat. Când întâlneşti un prieten te simţi mai viu decât înainte. Imediat ce treci pe lângă un duşman simţi că ai pierdut energie, te simţi obosit. Ce se întâmplă?

Când te afli într-un grup prietenos, îţi uiţi individualitatea, atunci te cufunzi în nivelul unde te poţi întâlni cu grupul. Când eşti lângă cineva care îţi este străin, imediat devii mai egiost, mai individual; te agăţi de ego şi datorită acestei agăţări te simţi extenuat. Întreaga energie provine din rădăcini; energia apare în sentimentul unei existenţe colective.

La început, când practici această meditaţie, vei simţi că apare o existenţă colectivă şi în final înfloreşte o conştiinţă cosmică.

Când toate diferenţele şi limitările dispar, iar existenţa rămâne ca o singură piesă, ca o unitate, ca un întreg, atunci totul este inclus în ea. Acest efort de a include totul începe de la propria ta existenţă individuală. Include.

Preaiubito, *chiar în această clipă lasă mintea*, *cunoaşterea*, *respiraţia*, *forma*, *să fie incluse*.

Ideea fundamentală este să ţii minte această includere. Nu exclude. Aceasta este cheia sutrei – includerea. Include şi creşte, evoluează. Include şi dilată. Încearcă cu propriul tău corp şi apoi încearc-o şi cu lumea exterioară.

Stând sub un copac, priveşte copacul, închide ochii şi apoi simte că el se află în tine. Priveşte cerul, închide ochii şi simte cerul înăuntrul tău. Priveşte răsăritul soarelui,

apoi închide ochii şi simte soarele în interior. Simte-te din ce în ce mai inclusiv. Astfel îţi va apărea o experienţă uimitoare. Când simţi copacul în interiorul fiinţei tale, te vei simţi imediat mai tânăr, mai proaspăt. Şi aceasta nu este o imaginaţie, deoarece şi tu dar şi copacul aparţineţi pământului. Amândoi sunteţi înrădăcinaţi în acelaşi pământ, iar în final, în aceeaşi existenţă. Deci când simţi că un pom este în interiorul tău, el chiar va fi – aceasta nu este o simplă imaginaţie – şi vei simţi imediat efectul. Viaţa copacului, prospeţimea sa, verdeaţa, briza care trece prin el, toate acestea vor fi simţite în inima ta. Include în tine din ce în ce mai multă existenţă şi nu exclude nimic.

Acest lucru l-au arătat în multe moduri maeştrii care au existat în lume. Iisus spune: „Iubeşte-ţi duşmanul ca pe tine însuţi”. Acesta este un experiment al includerii. Freud obişnuia să spună: „De ce să îmi iubesc duşmanul ca pe mine însumi? El este duşmanul meu, de ce să îl iubesc ca pe mine? Şi cum l-aş putea iubi?” Întrebările sale par reale, dar el nu înţelege mesajul lui Iisus. Iisus nu vorbeşte din punct de vedere politic, nu urmăreşte schimbarea societăţii, ci doreşte să îţi dăruiască un sentiment de dilatare a fiinţei, a conştiinţei.

Dacă poţi include în interiorul tău chiar şi duşmanul cel mai înverşunat, atunci acesta nu mai poate să îţi facă niciun rău. Dar nu înseamnă că el nu poate să te omoare; te poate ucide, dar ţie nu îţi poate face niciun rău. Răul poate apărea doar când îl excluzi. În acel moment devii separat de existenţă, devii ego-ul. Când îl incluzi pe duşman în tine, atunci totul este inclus. Iar dacă duşmanul poate fi inclus, atunci de ce nu s-ar putea include şi copacii sau cerul?

Accentul pus pe includerea duşmanului în propria fiinţă demonstrează faptul că este posibil să poţi include totul în interior; nu este nicio nevoie să excluzi nimic. Când simţi că duşmanul se află în tine, acest lucru îţi va da energie şi vitalitate. El nu îţi mai poate face rău. Desigur, te poate ucide, dar chiar şi prin aceasta nu înseamnă că îţi poate face vreun rău. Răul nu poate răsări decât din

propria minte – şi decât atunci când excluzi.

Dar, cazul nostru este diametral opus – nu îi includem nici pe prieteni.

Inamicii sunt excluşi, dar la fel şi prietenii – nici chiar iubitul sau iubita. În timp ce eşti lângă iubit sau iubită, nu te contopeşti în el sau în ea. Tu rămâi separat, tu deţii controlul. Nu vrei să îţi pierzi identitatea şi din această cauză iubirea a devenit imposibilă.

Cum ai putea iubi fără să îţi pierzi identitatea? Vrei să rămâi tu însuţi şi iubitul vrea să rămână el însuşi şi astfel nimeni nu este pregătit să se contopească, să includă nimic în fiinţa sa. Ambii exclud, acolo nu există nicio comuniune, nicio întâlnire, nicio contopire, fiecare se îmbrăţişează doar pe sine. Dacă nici măcar iubiţii nu se pot include unul în celălalt, atunci este normal să ai o existenţă foarte săracă. Eşti singur, un cerşetor. Dar în clipa în care ai inclus în tine întreaga existenţă, atunci eşti un împărat.

Aşadar, ţine minte: creează-ţi un stil de viaţă prin care să în cluzi totul. Nu te limita doar la meditaţie, ci fă din această tehnică un stil de viaţă, un mod de a trăi. Încearcă să incluzi în tine din ce în ce mai mult – şi cu cât incluzi mai multe, cu atât vei fi mai dilatat, iar atunci limitele tale vor fi împinse tocmai spre capătul Existenţei. Într-o zi vei fi doar tu şi în tine va fi inclusă întreaga Existenţă. Acesta este finalul tuturor experienţelor religioase.

Preaiubito, chiar în această clipă lasă mintea, cunoaşterea, respiraţia, forma, să fie incluse.

62. ŢELUL ESTE CHIAR AICI ŞI ACUM

3. VII.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Cum împac „graba” cu „joaca”?

2. Cum îmi pot include duşmanul în interior?

1. Ieri ai spus că trebuie să ne grăbim să ajungem la final, deoarece

A

oricât de mult timp am avea, acesta tot puţin este.

Însă cu câtva timp în urmă ai afirmat de asemenea că întregul proces prin care trebuie realizat finalul trebuie să fie o joacă fără-de-efort. Cum trebuie să împaci aceşti doi termeni – „grabă” şi „joacă”? Pentru că este normal ca cel care se grăbeşte să nu se poată bucura niciodată de joacă.

Primul lucru: nu încerca să amesteci tehnici diferite între ele. Atunci când spun să nu te grăbeşti, să uiţi de timp, să nu fii serios, să te dăruieşti, să nu faci niciun efort, vorbesc despre o tehnică complet diferită. Aceasta se potriveşte doar unei anumite părţi a umanităţii – nu o poate face oricine – iar cine o poate face pe aceasta, nu o poate practica pe cealaltă. Această tehnică este pentru mintea feminină. Dar să ştii că nu toate femeile sunt feminine şi nu toţi bărbaţii sunt masculini, deci când spun minte feminină, nu mă refer doar la femei.

O minte feminină înseamnă o minte care se poate dărui, care poate fi la fel de receptivă precum un pântec, care poate fi deschisă, pasivă. Aşa cum bărbatul şi femeia reprezintă două jumătăţi ale omenirii, tot aşa mintea feminină şi cea masculină sunt două jumătăţi ale minţii umane.

Mintea feminină nu poate face efort. Dacă îl face, atunci nu poate ajunge nicăieri. Pentru ea, efortul înseamnă tensiune. Funcţionarea minţii feminine se realizează astfel încât să permită lucrurilor să se întâmple. Ea trebuie doar să aştepte.

O femeie, chiar şi când iubeşte nu are iniţiativă. Iar dacă o face, atunci prin aceasta se dovedeşte faptul că atitudinea ei este masculină – în corpul feminin va exista o minte masculină – şi te vei afla în dificultate.

Dacă eşti cu adevărat bărbat, atunci femeia respectivă nu te va mai atrage. Dacă eşti feminin – adică indiferent de faptul că trupul este masculin, mintea este feminină – atunci vei fi atras de o astfel de femeie care are doar ea iniţiativa, chiar îţi va face plăcere să stai lângă ea. Din punct de vedere fizic, ea este femeia şi tu bărbatul; însă din punct de vedere mental, ea este bărbatul şi tu femeia.

O femeie va aştepta. Ea nu va rosti niciodată cuvintele „te iubesc” înaintea bărbatului. Puterea feminină constă chiar în această aşteptare. Mintea masculină este agresivă, aceasta trebuie în permanenţă să facă ceva, să acţioneze. Trebuie să se mişte şi să aibă iniţiativă.

Acelaşi lucru se întâmplă şi pe calea spirituală. Dacă ai o minte masculină, atunci va trebui să depui efort. Va trebui să grăbeşti; nu mai pierzi timpul şi nu mai iroseşti nicio posibilitate care îţi apare. Creează o urgenţă, o criză în care să îţi depui întregul efort de care eşti capabil. Când efortul este total, atunci vei atinge finalul. Dacă mintea ta este feminină, atunci nu este nevoie de niciun efort. Pentru tine timpul nu mai există.

Poate ai observat faptul că femeile nu au simţul timpului – nu îl pot avea. Soţul stă în maşină în faţa casei şi claxonează de zor, strigându-i: „Haide, vino odată! Ce tot faci acolo?” Iar soţia îi răspunde: „Ţi-am spus de o mie de ori că într-un minut sunt gata. De două ore îţi spun în continuu că o să cobor într-un clipă. Nu mai înnebuni. Ce tot claxonezi atât!?”

Mintea feminină nu poate avea un simţ al timpului. Masculinul, mintea agresivă este cea care este mereu îngrijorată de timp. Ele sunt complet diferite.

Femininul nu este niciodată grăbit – pentru el nu există un ţel. Tocmai acesta este şi motivul pentru care femeile nu pot ajunge mari conducătoare sau luptătoare sau nici chiar savante. Iar cele care ajung, ca de exemplu Ioana d’Arc sau Laxmi Bai, acestea au corpuri feminine, dar mintea lor este complet masculină.

Pentru mintea feminină nu există un ţel. Societatea actuală este orientată spre masculin. Deci, într-o astfel de lume, femeile nu pot ajunge renumite, deoarece măreţia şi renumele sunt legate de un scop. Pentru a deveni renumit trebuie să urmăreşti un ţel – iar mintea feminină nu aleargă după nimic. Aici şi acum este fericită sau nefericită. Nu are unde să se ducă. Mintea feminină există în clipa prezentă. Tocmai de aceea curiozitatea feminină nu ajunge prea departe; aceasta este îndreptată mereu

doar asupra prezentului şi imediatului. Ea nu este interesată de Vietnam, ci de ceea ce se întâmplă în casa vecinei. Bărbatul pare absurd: „Cum îl poate interesa ce face Nixon sau Mao?” Femeia este preocupată de aventurile amoroase care se petrec în jurul ei. Ea este curioasă de ceea ce este apropiat – îndepărtatul nu are sens. Timpul nu există.

Timpul există pentru cei care au un scop. Ţine minte: timpul există doar atunci când vrei să ajungi undeva. Dacă nu vrei să ajungi nicăieri, atunci care mai este sensul timpului? Acolo nu mai este nicio grabă.

Priveşte această situaţie dintr-un unghi diferit. Orientul este feminin şi Occidentul este masculin. Orientul nu a fost niciodată prea interesat de timp; Occidentul este însă înnebunit după timp. Orientul a fost foarte leneş, s-a mişcat atât de încet încât parcă nu s-a mişcat deloc: nicio schimbare, nicio revoluţie – a existat o revoluţie, dar aceasta a fost atât de tăcută încât nu a creat niciun zgomot. Occidentul este înnebunitor: în fiecare zi are nevoie de o revoluţie, totul a devenit o revoluţie. Până când nu se schimbă totul, simt că nu se mişcă deloc. Occidentul simte că se petrece ceva doar când totul este schimbător şi totul se transformă. Iar dacă Orientul simte că începe să treacă prin schimbări rapide şi majore, atunci simte că s-a îmbolnăvit. Ceva este greşit: totul trebuie să decurgă la fel sau chiar dacă se petrece ceva măcar să nu se simtă – doar atunci va fi totul în regulă.

Mintea orientală este feminină. Tocmai de aceea noi am slăvit toate calităţile femeii: compasiunea, iubirea, simpatia, non-violenţa, acceptarea, mulţumirea. În Occident sunt slăvite toate calităţile masculine: ego-ul, voinţa, independenţa, rebeliunea, prestigiul – acestea sunt valorile lăudate. În Orient, ascultarea, abandonul, umilinţa, acceptarea. Atitudinea fundamentală a Orientului este feminină, iar a Occidentului este masculină.

Aceste tehnici nu trebuie compromise, nu trebuie în niciun fel sintetizate. Tehnica abandonului este pentru mintea feminină, iar tehnica efortului, a voinţei, este

specific masculină. Iar acestea sunt total opuse şi dacă încerci să faci vreo sinteză între ele, atunci vei crea o aiureală, o nebunie – acolo va apărea un lucru absurd şi chiar periculos. Acesta nu va mai fi de folos nimănui.

Deci, ţine minte: aceste tehnici ţi se vor părea de multe ori ca fiind contradictorii, deoarece ele sunt create pentru diferite tipuri de minţi şi tocmai de aceea nu trebuie să depui niciun efort pentru a le sintetiza. Ori de câte ori simţi că ceva este contradictoriu, nu trebuie să te nelinişteşti – chiar aşa este. Şi doar minţile foarte mărunte încep să se teamă de contradicţie. O minte îngustă începe să se simtă neliniştită; ea gândeşte că totul trebuie să fie consistent şi clar, necontradictoriu. Dar acesta este un non-sens, deoarece însăşi viaţa nu este consecventă.

Viaţa este contradictorie în ea însăşi, deci nici adevărul nu poate fi necontradictoriu; doar minciunile pot fi consistente. Adevărul este întotdeauna inconsistent deoarece el trebuie să acopere tot ce este în viaţă. El trebuie să fie total. Iar viaţa este contradictorie. În lume există bărbaţi şi femei: crezi că pot face ceva în această privinţă? Sau Shiva? Iar bărbatul este total opus femeii – acesta este şi motivul pentru care se atrag; altminteri nu ar exista niciun fel de atracţie.

Fiinţa opusă creează atracţia. Polul opus devine o forţă magnetică. Tocmai de aceea, când un bărbat se întâlneşte cu o femeie acolo apare fericirea, deoarece prin întâlnirea lor, cei doi încep să se polarizeze, să se neutralizeze unul pe celălalt. Aceştia se polarizează şi, pentru o clipă, pentru un singur moment, fiinţele se întâlnesc cu adevărat – nu doar trupesc, ci total; în acea întâlnire de iubire – pentru o fracţiune de secundă, dispar amândoi. Acolo nu mai există nici bărbatul şi nici femeia, doar pura existenţă – chiar dispariţia lor este beatitudinea.

Acelaşi lucru se poate întâmpla şi în tine, deoarece o analiză profundă arată că înăuntru şi tu eşti tot o polaritate. Cercetarea psihanalitică modernă arată că mintea conştientă şi cea inconştientă sunt doi poli opuşi. Dacă eşti bărbat, mintea conştientă este masculină, iar cea

inconştientă este feminină. Dacă eşti femeie, conştientul îţi este feminin şi subconştientul va fi masculin.

Inconştientul este opus conştientului. În meditaţia profundă apare o iubire, un orgasm între conştient şi inconştient – ele devin una. Şi atunci când ele devin una, tu atingi cea mai înaltă beatitudine posibilă.

Deci bărbatul şi femeia se pot întâlni în două feluri: exterior – dar această întâlnire este doar momentană, foarte efemeră. Pentru o secundă apare un vârf, dar apoi totul începe să decadă. Celălalt tip de întâlnire este cea care se produce în interior: mintea conştientă şi cea inconştientă se întâlnesc. Această întâlnire poate fi eternă. Plăcerea sexuală este o străfulgerare, o licărire momentană, dar când în interior se petrece adevărata uniune, atunci aceasta devine samādhi, acesta este un fenomen spiritual.

Dar va trebui să porneşti de la mintea conştientă şi dacă aceasta este feminină, atunci abandonul este potrivit pentru tine. Şi ţine minte: dacă eşti femeie nu înseamnă că ai neapărat o minte feminină. Tocmai aceasta creează dificultatea. Altminteri totul ar fi foarte uşor: femeile ar urma calea dăruirii şi bărbaţii calea voinţei. Dar nu este aşa de uşor. Sunt femei care au minţi masculine – atitudinea lor faţă de viaţă este agresivă – şi numărul acestora creşte în continuu.

Mişcarea feministă va crea din ce în ce mai multe femei masculine. Ele vor fi din ce în ce mai agresive şi pentru acestea nu este potrivită calea abandonării. Iar datorită faptului că femeile încep să fie competitive cu bărbatul, acesta începe să renunţe la agresivitatea sa; el devine din ce în ce mai feminin. În viitor, calea dăruirii va fi din ce în ce mai potrivită şi eficientă pentru bărbaţi.

Deci va trebui să te decizi în privinţa fiinţei proprii. Şi nu gândi în termeni de apreciere; nu gândi că este ceva rău sau urât să ai o minte feminină dacă eşti bărbat. O poţi avea şi nu este nimic greşit, ci este chiar ceva frumos. Să nu crezi că dacă eşti femeie nu poţi avea o minte masculină?

Nu este nimic rău în aceasta. Fii autentic faţă de mintea ta. Încearcă să înţelegi ce fel de minte ai şi apoi urmează calea potrivită acesteia – nu încerca să faci nicio sinteză.

Nu mă întreba cum se împacă acestea două. Nu le poţi împăca. Eu nu sunt în favoarea afirmaţiilor necontradictorii. Acestea sunt stupide şi copilăreşti. Viaţa este contradictorie – tocmai de aceea ea şi este atât de vie. Doar moartea este consistentă şi necontradictorie.

Viaţa trăieşte prin opusuri, prin întâlnirea cu polul opus şi acest lucru creează energie. Acest lucru eliberează energia prin care se mişcă viaţa. Acelaşi lucru îl spune şi Hegel: o mişcare dialectică – teză, antiteză; iar apoi sinteza devine iarăşi o teză care creează o antiteză a acesteia. Fenomenul respectiv va continua la nesfârşit. Viaţa nu este monotonă. Nu este logică – este dialectică.

Trebuie să înţelegi diferenţa dintre logică şi dialectică. Întrebarea care mi-o pui a apărut deoarece crezi că viaţa este logică; tocmai de aceea întrebi cum să poţi împăca ceva cu altceva, deoarece logica face mereu acest lucru. Logica nu poate tolera contradicţia – îi este imposibil. Logica încearcă să explice într-un anumit mod că ceva anume nu este contradictoriu, iar dacă totuşi este contradictoriu, atunci nu pot fi ambele adevărate – una dintre ele trebuie să fie falsă. Pot fi chiar ambele greşite, dar nu pot în niciun fel să fie amândouă adevărate. Logica încearcă în orice lucru să găsească necontradicţia.

Ştiinţa este logică. Tocmai de aceea ştiinţa nu este pentru viaţă total adevărată, nu poate fi. Viaţa este contradictorie, este ilogică. Ea lucrează mereu prin opusuri, nu se teme deloc de acestea, le foloseşte chiar foarte bine. Dar aceste opusuri doar par opusuri; adânc înăuntru, ele lucrează împreună. Viaţa este dialectică, nu logică. Este un dialog între opusuri – un dialog continuu.

Gândeşte-te pentru un moment la următorul lucru: dacă în viaţă nu ar exista contradicţia, atunci de unde ar mai putea apărea întrecerea? De unde apare atracţia? De unde se va mai elibera energie? Totul va fi monoton şi

mort. Viaţa este posibilă doar datorită opusurilor, contradicţiilor. Bărbatul şi femeia sunt opusurile de bază, iar provocarea, competiţia existentă între ei creează fenomenul iubirii. Întreaga viaţă gravitează în jurul iubirii. Dacă tu cu iubita deveniţi identici, astfel încât între voi să nu mai existe nicio fisură, atunci amândoi veţi fi morţi unul pentru celălalt. Nu veţi mai fi capabili să existaţi. Veţi dispărea amândoi din acest proces dialectic.

Poţi fiinţa în această viaţă doar când unitatea fiinţei nu este totală, dar atunci va trebui să te apropii din ce în ce mai mult de aceasta. Tocmai de aceea iubiţii se luptă în permanenţă. Această luptă creează dialecticile. Ei se luptă întreaga zi, devin ca nişte duşmani. Acum au devenit complet opuşi; sau îndepărtat unul de celălalt.

Iubitul începe să se gândească cum să o atace pe femeia de lângă el; iubita începe să se gândească cum să scape de nesuferitul cu care convieţuieşte. Ei au ajuns în colţurile opuse ale ringului. Dar seara încep să se iubească, să facă dragoste.

Când sunt îndepărtaţi unul de celălalt, atunci apare din nou atracţia. Ei se privesc de la distanţă şi sunt doi străini: un bărbat şi o femeie. La un moment dat vor începe să se apropie, se vor îndrăgosti. Va veni un moment în care ei vor deveni unul singur şi aceasta este fericirea, bucuria lor.

Dar în acea clipă deja a reînceput procesul despărţirii. În acel moment când ei sunt unul, dacă pot observa acest fapt, vor vedea că deja au început să se despartă. Imediat ce ajung în vârf, procesul începe să devină un proces de separare. Iar fenomenul va continua veşnic – se apropie şi se despart.

Iată ce vreau să îţi spun: viaţa creează energie prin polarităţi. Fără acestea ea nu poate exista. Când doi iubiţi devin cu adevărat unul, atunci ei dispar din viaţă. Sunt eliberaţi. Nu se vor mai renaşte; nu vor mai avea nicio viaţă viitoare. Dacă doi iubiţi pot deveni în totalitate uniţi, atunci iubirea lor a devenit cea mai profundă meditaţie posibilă. Ei au atins starea de buddha. Au ajuns la

mântuire. Au realizat non-dualitatea. Acum ei nu mai pot exista.

Existenţa pe care o cunoaştem este dual㠄, dialectică, iar aceste tehnici sunt pentru cei care trăiesc în dualitate. Deci vor exista multe contradicţii, deoarece aceste tehnici nu sunt filosofice, ci au fost create pentru a fi practicate şi trăite. Ele nu sunt formule matematice; sunt procese ale vieţii actuale. Acestea sunt dialectice, contradictorii. Deci nu mă întreba cum le poţi împăca. Tehnicile nu sunt la fel, sunt opuse.

Încearcă să descoperi cărui tip aparţii. Poţi să te relaxezi? Poţi să te laşi în voia sorţii? Poţi să fii pasiv într-un moment, fără să acţionezi în niciun fel? Dacă aparţii acestui tip, atunci înseamnă că tehnicile care necesită efort şi voinţă nu sunt pentru tine. Dacă nu te poţi relaxa şi dacă mă întrebi cum să faci acest lucru, chiar acest „cum” arată felul minţii tale. Acest „cum” arată că nu te poţi relaxa fără să faci un efort. Deci chiar şi pentru relaxare ai nevoie de efort şi atunci întrebi „cum”? Relaxarea este relaxare – acolo nu există un „cum”. Dacă o poţi face, atunci ştii cum să o faci – pur şi simplu te vei relaxa. Acolo nu este depus niciun efort, nu este practicată nicio metodă.

De exemplu, noaptea când te duci să te culci – nu întrebi niciodată cum să adormi. Dar există persoane care au insomnii. Dacă le spui acestora: „Eu nu am nicio problemă: doar pun capul pe pernă şi este în regulă. Adorm imediat” – acestea nu te vor putea crede. Şi au toate motivele să nu te creadă, deoarece ele fac acelaşi lucru şi nu pot dormi – înseamnă că îi păcăleşti.

Atunci vor întreba: cum se pune capul pe pernă? Probabil că este un secret pe care nu vrei să îl dezvălui. Îi păcăleşti; toţi îi păcălesc: „Ne punem în pat şi adormim. Nu există o metodă sau o tehnică anume”. Ei nu te pot crede şi nu îi poţi învinovăţi pentru aceasta. Noi le spunem: „Punem capul pe pernă, stingem lumina, închidem ochii şi adormim”.

Şi cei care nu pot dormi urmează aceleaşi proceduri,

acelaşi ritual; poate o fac chiar mai bine şi mai corect decât tine, dar totuşi nu se întâmplă nimic. Lumina este stinsă, ochii le sunt închişi, stau întinşi – dar nu se întâmplă nimic. Odată ce pierzi capacitatea de a te relaxa, atunci ai nevoie de o tehnică. Ei au nevoie de o tehnică şi fără această tehnică nu vor putea adormi.

Deci, dacă ai o minte care se poate relaxa, atunci abandonul, dăruirea este pentru tine. Însă în această situaţie nu mai ai de ce să creezi alte probleme – doar abandonează-te. Acest lucru îl poate face jumătate din omenire. Poate că nu eşti conştient de aceasta, dar 50 % dintre oameni se pot abandona, deoarece minţile feminine şi cele masculine există într-o proporţie echilibrată.

În natură există un profund echilibru.

Ai auzit de faptul că la o sută de fete se nasc o sută cincisprezece băieţi? Acest lucru este datorat faptului că băieţii sunt mai slabi şi până la maturitate 15 dintre ei deja vor fi murit. Fetele sunt mai puternice: ele au mai mult vitalitate, mai multă rezistenţă. Băieţii sunt mai slabi, nu sunt foarte rezistenţi şi tocmai de aceea proporţia este de 115 la 100. Până când toţi copii ajung la vârsta de 14 ani, numărul băieţilor şi fetelor va fi egal. Pentru fiecare bărbat există o femeie şi pentru fiecare femeie există un bărbat – nu pot exista unul fără celălalt, au nevoie de opusuri.

La fel este şi în cazul minţii. Existenţa, natura are nevoie de un echilibru. Jumătate din oameni sunt feminini şi se pot dărui, abandona cu foarte mare uşurinţă. Dar şi atunci îţi poţi crea singur probleme. Este posibil să simţi că te poţi abandona, dar poţi gândi: „Cum să fac eu aşa ceva?” Prin aceasta te simţi rănit în orgoliul personal. Astfel începi să te temi, deoarece ai fost mereu învăţat: „Fii independent. Rămâi independent şi nu te pierde. Nu lăsa pe nimeni să te controleze. Doar tu trebuie să te afli la conducere şi nimeni altcineva”.

Însă asemenea probleme sunt impuse de ceilalţi. Tu simţi în sinea ta că te poţi abandona, dar acolo apare o altă problemă impusă de societate, cultură, civilizaţie, educaţie. Şi acestea la rândul lor pot crea alte probleme.

Dacă simţi cu adevărat că dăruirea nu este pentru tine, atunci uită de ea. Nu este ceva despre care trebuie să te îngrijorezi. Atunci îndreaptă-ţi întreaga energie spre efort.

Iată care sunt cele două extreme – una: dacă ai o minte feminină, nu trebuie să cauţi în altă parte, nu ai nimic de atins – niciun Dumnezeu, niciun rai – nimic.

Nu te grăbi spre nimic, rămâi sincer în clipa prezentă şi vei atinge aici şi acum tot ceea ce atinge mintea masculină prin efort, grabă şi zbucium. Dacă te poţi relaxa, atunci ţelul se află chiar aici şi acum, te afli deja lângă el.

Mintea masculină trebuie să alerge şi să se extenueze complet; doar atunci, se poate relaxa. Iar pentru ca ea să obosească este nevoie de efort, de agresivitate, de speranţă – doar atunci aceasta se poate relaxa şi abandona. Această dăruire se află întotdeauna la final; dar pentru mintea feminină, aceasta se află la început. Ambele ajung la acelaşi lucru, doar căile sunt diferite.

Deci, când am spus: „Nu pierde timpul” – am vorbit minţii masculine. Am insistat asupra faptului că trebuie să te grăbeşti, să creezi o situaţie de urgenţă în care să se concentreze toată energia şi fiinţa ta; în acest efort al concentrării viaţa ta va deveni o flacără – însă mesajul este valabil doar pentru mintea masculină. Minţii feminine îi spun: relaxează-te şi eşti deja o flacără.

Avem un Mahāvīra, un Buddha, un Iisus, Krishna, Rama, Zarathustra, Moise, dar nu există şi o listă similară în care să apară nume feminine. Dar nu înseamnă că ele nu au atins o astfel de stare – multe femei s-au realizat, însă căile lor sunt diferite. Un alt fapt important este acela că istoria a fost scrisă de bărbaţi, iar un bărbat nu poate înţelege decât mintea masculină. El nu poate înţelege mintea feminină – aceasta este problema. Este foarte dificil.

Un bărbat nu poate înţelege că o femeie poate atinge starea de buddha fără prea mare efort şi străduinţă. Îi este imposibil să conceapă faptul că o femeie se poate realiza doar stând acasă şi făcând mâncare: trăind fiecare moment, bucurându-se de fiecare clipă, doar fiind aici şi

acum fără să fie preocupată de nimic altceva – de niciun scop, de nicio spiritualitate; doar iubind copiii, soţul. Pare imposibil ca o femeie să fie complet obişnuită, dar cu toate acestea beatifică. Ea nu are nevoie să depună un efort atât de mare ca cel depus de Mahāvīra: 12 ani de extenuare şi îndelungi străduinţe. Bărbatul însă, îl poate aprecia pe Mahāvīra, deoarece el înţelege efortul depus de acesta.

Un bărbat nu va aprecia nimic din tot ce este realizat fără efort. Nu poate. El poate aprecia pe cineva precum Tensing şi Hillary, care escaladează Everestul – dar nu o fac pentru că Everestul are valoare, ci doar datorită faptului că acesta este un lucru periculos şi necesită multe eforturi. Încearcă să îi spui unui bărbat că deja te afli pe Everest şi vei vedea că începe să râdă de tine; acest lucru dovedeşte faptul că nu Everestul este important, ci efortul. În momentul în care Everestul poate fi escaladat de oricine, el îşi va pierde tot farmecul. Pe Everest nu există nimic. Când Hillary şi Tensing au urcat pe cel mai înalt vârf din lume, nu au găsit nimic acolo, însă mintea masculină a simţit gloria şi măreţia.

În perioada când Hillary reuşit să urce pe Everest toţi profesorii de la universitatea la care predam erau încântaţi de această reuşită. Am întrebat o profesoară: „Ce crezi despre Hillary şi Tensing?”

Mi-a spus: „Nu înţeleg de ce se face atât de multă agitaţie pe această temă. Care este sensul? Ce au câştigat dacă au ajuns acolo? Poate că erau mai câştigaţi dacă ar fi mers la piaţă sau la cumpărături”. Care este sensul aterizărilor pe Lună? Pentru ce să înfrunţi atât de multe pericole? Nu este necesar. Dar pentru mintea masculină, nu scopul este important, ci efortul, deoarece prin aceasta arată că este masculină. Efortul, agresivitatea, pericolul, toate acestea îi dau bărbatului satisfacţie, încântare.

Mintea masculină este foarte atrasă de pericol. În schimb, mintea feminină nu este deloc atrasă de pericole. Aceasta este cauza pentru care istoria umanităţii este doar pe jumătate scrisă. Noi nu ştim câte femei au ajuns iluminate; este imposibil de cunoscut acest lucru, deoarece

criteriul nostru de măsurare nu ia în calcul şi mintea feminină.

Aşadar, mai întâi decide-te în privinţa tipului de minte din propria fiinţă. Meditează asupra ei – ce fel de minte ai – şi apoi uită de toate celelalte metode care nu ţi se potrivesc. Şi nu încerca în niciun fel să le sintetizezi, să le împaci unele cu altele.

A

2. Ieri ai spus următorul lucru: „Învaţă-te să incluzi în tine din ce în ce mai multă existenţă. Absoarbe energie din rădăcina existenţei. Include în tine chiar şi duşmanul cel mai temut”. Dar cum îmi pot include în mine duşmanul, când în acelaşi timp sunt plin de ură faţă de el? Acest lucru nu conduce la reprimare?

Am spus să incluzi în interior chiar şi duşmanul, dar nu am spus să începi cu acesta. Începe de la prieteni. Momentan nu îţi incluzi nici prietenul.

Începe de la acesta. Chiar şi acest lucru este foarte dificil – să îi permiţi să pătrundă şi să penetreze în tine, să fii deschis faţă de el, vulnerabil. Începe de la prieten. Începe de la iubit sau iubită. Nu sări direct la inamic.

De ce faci acest lucru? Deoarece atunci vei putea spune: „Este imposibil. Nu se poate face aşa ceva” – şi astfel vei renunţa. Începe cu prima etapă. Vrei să faci saltul direct la ultima. Atunci cum mai poate fi posibilă această călătorie? Nu încerca să faci deja pasul final. Primul pas încă nu a fost efectuat, iar ultimul se află în imaginaţie – este şi normal să simţi că este imposibil de făcut. Bineînţeles că este imposibil. Cum ai putea să începi de la final? Inamicul, duşmanul reprezintă ultimul punct care trebuie inclus.

Dacă poţi include prietenul, atunci devine posibilă şi includerea duşmanului, deoarece doar prietenii se transformă în duşmani. Nu poţi face pe cineva să fie duşman fără să îl şi avut mai înainte prieten. Sau crezi că poţi? Mai întâi este nevoie de prietenie. Prietenia este primul pas.

Buddha a spus: „Nu îţi face prieteni, deoarece acesta

este primul pas spre crearea duşmanilor. Fii prietenos, dar nu îţi face prieteni. Altminteri, deja ai făcut primul pas spre crearea inamicilor”.

Include prietenul. Porneşte de la ceea ce este apropiat, începe cu începutul. Atunci nu vei mai avea nicio dificultate. La început va fi destul de dificil, dar nu datorită prietenului sau duşmanului. Aici este vorba de deschiderea ta. Momentan eşti închis şi faţă de prieten; eşti protejat, nu ţi-ai dezvăluit fiinţa, deci cum poţi să îl incluzi?

Poţi face acest lucru doar în clipa în care acolo nu există frica, când îi permiţi să se mişte în tine şi când nu creezi niciun sistem de apărare. Problema este că eşti închis chiar şi faţă de iubită sau iubit; nu ţi-ai deschis deloc mintea şi inima. Încă mai există unele lucruri secrete, private. Când ai secrete nu poţi fi deschis, nu poţi fi inclusiv, deoarece secretele ar trebui dezvăluite. Nu este deloc uşor să incluzi nici chiar un prieten. Deci, nu începe să crezi că doar în privinţa duşmanilor este dificil – momentan îţi este chiar imposibil.

Acesta este şi motivul pentru care învăţătura lui Iisus a devenit imposibil de pus în practică; creştinii au devenit falşi. Nu puteau face altceva, deoarece Iisus spune: „Iubeşte-ţi duşmanii” – iar tu nu eşti capabil să îţi iubeşti nici chiar prietenii. El te trimite spre un ţel imposibil. Este normal ca oamenii să devină ipocriţi, falşi; nu vei putea fi autentic. Vei vorbi despre iubire – despre dragostea arătată duşmanilor – şi îţi vei urî prietenii. Eu nu doresc să te învăţ acest lucru.

Aşadar, în primul rând, nu te gândi direct la duşmani. Acesta este un truc al minţii. Gândeşte-te la prieteni. Al doilea lucru: nu se pune problema că trebuie să incluzi pe cineva anume; ideea esenţială este ca tu să fii inclusiv. Aceasta este o calitate a con ştiinţei tale. Creează această includere, creează această calitate. Cum poţi crea calitatea? Acest lucru te învaţă chiar tehnica despre care am vorbit ieri. Stai lângă un copac şi priveşte-l. El este exterior ţie, însă dacă ar fi cu adevărat în afara ta, atunci nu îl vei putea cunoaşte.

Ceva din el a călătorit deja în interiorul tău; tocmai de aceea poţi şti că el se află acolo. Un copac este verde – dar ai idee de faptul că verdele există în tine, nu în copac? Imediat ce închizi ochii, copacul nu va mai fi verde.

Acelaşi lucru au ajuns să îl descopere oamenii de ştiinţă – culoarea este dată de propria fiinţă. În natură totul este lipsit de culoare; nu există nicio culoare. Culoarea apare atunci când razele de lumină sunt reflectate de un obiect şi apoi întâlnesc ochii tăi. Atunci este creată culoarea. Aşadar, culoarea este dată de ochi. Verdele pe care îl vezi apare datorită întâlnirii dintre tine şi copac. Vezi anumite flori: parfumul lor vine la tine şi tu îl miroşi. Dar această mireasmă este dată tot de fiinţa ta; aceasta nu se află în natură.

La tine vin doar nişte unde subtile pe care le traduci ca fiind o mireasmă. Nasul miroase, dar dacă tu nu vei fi acolo, atunci nu va exista niciun miros.

Au existat filosofi precum Berkely, Nagarjuna, Shankara, care au afirmat că lumea este ireală, că există doar în mintea omului, deoarece tot ce cunoaştem despre lume este oferit chiar de noi înşine. Immanuel Kant, un gânditor şi filosof german, spune că nu se poate cunoaşte total un lucru; orice am cunoaşte nu va fi acel lucru, ci doar proiecţia noastră.

Poate că pentru mine, chipul tău este foarte frumos. Dar faţa ta nu este nici frumoasă şi nici urâtă, aceasta este doar atitudinea mea. Eu sunt cel care o fac urâtă sau frumoasă. Totul depinde de mine; acesta este sentimentul meu. Dacă exişti singur pe Pământ şi nimeni nu îţi mai poate spune că ai un chip frumos sau urât, crezi că vei fi urât sau frumos? Vei fi prost sau inteligent? Nu vei fi în niciun fel. De fapt, nici nu poţi exista de unul singur. Nu poţi fiinţa.

Stai lângă un copac şi meditează. Deschide ochii şi priveşte-l, apoi închide ochii şi priveşte copacul din interior. Încearcă – după aceea redeschide ochii şi meditează asupra lui, apoi reînchide ochii şi priveşte-l în interior. La început acesta va fi şters, va fi ca o umbră vagă

faţă de cel de afară, dar dacă continui acesta va începe să fie la fel de real ca şi cel exterior.

Iar dacă continui şi insişti, lucru foarte dificil, va veni o clipă în care copacul exterior va fi o umbră ştearsă a celui interior. Cel din interior este mai viu, mai proaspăt, mai frumos, deoarece acum el stă pe solul conştiinţei. Acum este înrădăcinat în conştiinţă; se hrăneşte din ea. Este ceva rar.

De aceea, atunci când Iisus sau alţii ca el vorbesc despre împărăţia lui Dumnezeu, ei folosesc un limbaj atât de colorat încât crezi ori că au înnebunit ori că au halucinaţii. Însă aceştia au învăţat cum să includă existenţa. Conştiinţa lor interioară a devenit acum un fenomen dătător de viaţă. Orice este plantat în ei, va prinde viaţă şi va avea o viaţă mai colorată, mai parfumată, mai vitală – ca şi cum nu ar mai aparţine acestei lumi, ci alteia. Poeţii cunosc vag acest lucru. Misticii însă îl cunosc foarte profund, dar şi poeţii au o licărire a sa. Ei pot simţi lumea inclusă în ei.

Încearcă – fii inclusiv. Iată ce înţeleg prin faptul de a fi inclusiv: lasă copacul să pătrundă în interior şi să prindă rădăcini. Permite-i florii să intre şi să înflorească. Nu poţi crede că este posibil aşa ceva deoarece este nevoie de experienţă pentru a putea crede. Concentrează-te asupra unui bulb de floare, asupra unui bulb de trandafir. Concentrează-te şi permite-i să fie transferat în interior.

Iar când experienţa interioară a mugurelui de trandafir a devenit atât de reală încât mugurele exterior, aşa-zisul mugure real apare doar ca o umbră ştearsă a celui interior – ideea, esenţa reală se află acum în interior şi în exterior nu se mai află decât o copie ştearsă – când ai ajuns în acest punct, închide ochii şi concentrează-te asupra mugurelui interior.

Vei fi uimit când vei vedea că acest mugure interior va începe să se deschidă şi va deveni o floare – o floare cum nu ai mai văzut. Şi această floare nu o poţi întâlni în afară. Când ceva începe să crească, să se deschidă, să înflorească în tine, acesta este un fenomen minunat, dar şi

foarte rar.

Fii inclusiv în acest mod şi permite treptat limitelor tale să se extindă. Include iubiţii, prietenii, familia, străinii şi vei fi capabil să incluzi şi duşmanii. Acesta va fi ultimul punct. Iar când poţi face acest lucru, când poţi include duşmanii şi îi poţi face să fie înrădăcinaţi în conştiinţa proprie, atunci pentru tine nu va mai exista nimic care să-ţi fie împotrivă. Întreaga lume a devenit casa ta. Nimeni şi nimic nu îţi mai este străin.

Dar fii atent la minte. Ea este foarte vicleană şi te va trage înapoi, îţi va spune: „Acestea sunt nişte lucruri absurde. Renunţă la ele”. Mintea te va îndrepta spre o ţintă care nu poate fi atinsă. Ţine minte în permanenţă acest lucru şi nu cădea victimă propriei tale minţi. Începe întotdeauna de unde este posibil; nu sări spre imposibil. Dacă poţi creşte în posibil, atunci imposibilul va deveni finalul călătoriei tale. Acest imposibil nu este opus posibilului, ci este doar celălalt capăt al său. Nu există decât un singur drum – iar imposibilul este un capăt al acestuia.

Mai ai o întrebare care sună cam aşa: „Cum pot eu să îmi includ duşmanul, când în acel moment sunt plin de ură? Nu conduce acest lucru la reprimare?”

Acesta este un punct subtil care trebuie înţeles în profunzime. Eu nu spun să reprimi ceea ce urăşti, deoarece orice este reprimat este periculos. Iar în clipa în care reprimi ceva, nu mai poţi fi deschis. Atunci îţi vei crea o lume privată în care nu mai poate intra nimeni. Îţi va fi mereu frică de ceea ce ai reprimat, deoarece aceasta poate ieşi oricând la suprafaţă. Deci primul lucru: nu reprima furia sau ura. Nu reprima nimic. Dar nu este însă nici nevoie să o exprimi asupra cuiva.

Tu o exprimi asupra cuiva deoarece simţi că acela este responsabil pentru faptul respectiv – dar este ceva greşit. Nu celălalt este responsabil, ci tu. Tu simţi ura pentru că eşti plin de ea, iar celălalt doar creează o posibilitate prin care acesta să apară. Dacă vii la mine şi mă jigneşti, atunci creezi o posibilitate care să scoată la

iveală tot ce este în interiorul meu. Când sunt plin de ură, atunci ura va erupe. Dacă acolo este iubire, iubirea va fi cea care va ieşi afară. Dacă este compasiune, compasiunea este cea care îşi va face apariţia. Tu eşti doar o posibilitate prin care sunt dezvăluit exact aşa cum sunt.

Dacă ura răbufneşte, nu începe să crezi că altcineva este responsabil pentru aceasta. Celălalt este doar un instrument. Noi avem în sanscrită un cuvânt foarte frumos, *nimitt* – instrumental. Nu celălalt este cauza – aceasta se află în interior.

Celălalt este doar un instrument care ajută la apariţia cauzei. Aşa că mai bine mulţumeşte-i – fii recunoscător faţă de el, deoarece îţi permite să fii conştient de ura care este ascunsă în interior. El este un prieten. Tu îl transformi într-un duşman, deoarece transferi responsabilitatea asupra sa. Crezi că el este cel care a creat ura. Nimeni nu poate crea nimic în tine – ţine bine minte acest lucru.

Când te duci la Buddha şi îl jigneşti, el nu te va urî, nu se va înfuria pe tine. Orice ai face nu îl poţi înfuria. Şi acest lucru nu este datorat faptului că nu depui un efort suficient de mare, ci pentru că în el nu este prezentă furia; nu poţi scoate nimic la suprafaţă. Nu celălalt este sursa furiei tale, deci nu arunca responsabilitatea asupra sa. Fii recunoscător faţă de el. Iar furiei nu îi poţi face altceva decât să o îndrepţi asupra cerului – acesta este primul lucru. Al doilea: include şi ura în interior. Este ceva mult mai profund, este o dimensiune mai profundă. Fii inclusiv chiar şi faţă de ură.

Ce vreau să spun prin aceasta? Ori de câte ori apare ceva rău, pe care tu numeşti a fi rău, pe acesta nu îl incluzi niciodată în tine. Însă un lucru bun îl incluzi imediat. Dacă iubeşti spui: „Eu sunt iubirea”. Când urăşti, nu vei spune niciodată: „Eu sunt ura”. Spui: „Eu sunt compasiune” – dar nu şi: „Eu sunt furia” – atunci vei afirma: „Eu sunt furios” – ca şi cum furia este ceva care ţi-a apărut ţie; ca şi cum tu nu ai fi furia – ea este doar ceva care a apărut din exterior, accidental. Când spui: „Eu sunt iubirea” – acest lucru pare ceva esenţial, este ceva care nu a apărut din afară, nu este

nimic accidental.

Tot ce este bun incluzi în tine şi tot ce este rău excluzi. Fii inclusiv şi faţă de ceea ce este rău. Deoarece tot tu eşti furia, tu eşti ura, iar până când nu simţi acest lucru în profunzime – „Eu sunt ura” – nu vei putea niciodată să îl depăşeşti.

Când poţi simţi: „Eu sunt furia” – acolo apare un subtil proces de transformare. Ce se întâmplă? Primul este acela că atunci când afirmi: „Eu sunt furios” – crezi că eşti diferit de acea energie pe care o numeşti furie. Dar nu este adevărat. Iar când porneşti de la o bază falsă nu se poate întâmpla nimic real şi adevărat. Această furie eşti tu – acesta este adevărul; ea este energia ta. Nu este ceva separat de tine.

Tu o separi deoarece creezi o imagine falsă despre propria persoană – că nu eşti niciodată furios, că nu urăşti, că eşti mereu iubitor, simpatic şi bun. Ţi-ai creat o imagine falsă. Această imagine falsă este chiar ego-ul. Ego-ul spune întotdeauna: „Înlătură furia, ura. Aceste lucruri nu sunt bune”. Însă nu o spune pentru că nu ar fi bune, ci pentru că ele îţi strică imaginea pe care o ai; acestea îţi hrănesc ego-ul şi imaginea exterioară.

Tu eşti un om bun, respectabil, cultivat – aceasta este imaginea ta. Uneori mai pierzi această imagine – însă crezi că sunt doar nişte accidente.

De fapt nu sunt accidente, acestea te arată exact aşa cum eşti. Gând eşti furios, acesta este sinele tău adevărat; furia este mai adevărată decât falsa faţă zâmbitoare pe care o arborezi în permanenţă. Adeseori prin furie eşti mai autentic decât atunci când pretinzi că iubeşti.

Primul pas care trebuie făcut este să fii autentic, adevărat, real. Include ura, furia, include totul în tine. Ce se va întâmpla? Atunci falsa ta imagine va dispărea. Este minunat să fii eliberat de această mască, deoarece ea creează numai probleme. Iar odată cu dispariţia acestei imagini, va dispărea şi ego-ul – doar în acea clipă se deschide uşa spre spiritualitate.

Când spui: „Eu sunt furia” – cum ar mai putea ego-ul

să existe? „Eu sunt ura, eu sunt gelozia, cruzimea, violenţa” – crezi că mai poţi avea ego? Însă ego-ul poate fi menţinut foarte uşor atunci când afirmi: „Eu sunt Brahman, Dumnezeul suprem, eu sunt Atman, Sinele Suprem”. Simte şi spune: „Eu sunt gelozia, ura, furia, pasiunea, sexul” – şi ego-ul se va evapora. Prin dispariţia acelei imagini false, ego-ul se va distruge şi el, iar tu devii adevărat, natural, real. Doar atunci este posibil să îţi înţelegi realitatea. Atunci te vei putea apropia de furie fără să ai o anti-atitudine. Aceasta eşti tu. Trebuie să înţelegi că ea este energia ta.

Iar dacă poţi deveni înţelegător faţă de propria furie, atunci chiar această înţelegere o va schimba şi transforma. Când poţi înţelege întreg procesul furiei şi urii, acestea vor dispărea deoarece un ingredient de bază care face posibilă existenţa acestora este chiar faptul că eşti neatent, ignorant, inconştient faţă de ele. Deci, ori de câte ori nu eşti atent, te vei putea înfuria. Când eşti atent nu poţi fi furios. Atenţia absoarbe întreaga energie.

Buddha a spus mereu discipolilor săi: „Eu nu vă interzic să fiţi furioşi. Doar vă îndemn ca atunci când sunteţi furioşi să fiţi atenţi”. Aceasta este una din bazele transformării. Nici eu nu îţi spun să nu fii furios. Nu trebuie să faci decât un singur lucru: când eşti furios, fii atent, încearcă. Cum apare furia, fii atent. Priveşte la ea. Observ-o. Fii conştient şi nu dormi. Iar cu cât eşti mai atent, cu atât mai mult furia se va împuţina. Şi când vei fi pe deplin atent, furia nu va mai exista – aceeaşi energie a devenit atenţie.

Energia este neutră. Aceeaşi energie devine furie, ură, iubire, compasiune. Energia este una singură; acestea sunt doar expresii ale sale. Când nu eşti atent ea poate deveni furie, ură, sex, violenţă. Dar nu acelaşi lucru se poate întâmpla şi atunci când eşti atent – atenţia, conştientizarea, nu îi permite să se afunde în acele caverne. Aceeaşi energie se mişcă într-un plan diferit.

Buddha spune: „Mergi, mănâncă, stai. Fă orice, dar fii pe deplin conştient şi atent la ceea ce faci”.

S-a întâmplat odată ca Buddha să vorbească unor oameni dintr-un sat şi la un moment dat a gonit o muscă care i se aşezase pe frunte. Dar imediat şi-a dat seama că nu a acţionat în mod conştient, deoarece atenţia sa era îndreptată spre cei cu care vorbea. Atunci s-a oprit şi le-a spus: „Scuzaţi-mă un minut”. A închis ochii şi a repetat gestul făcut mai înainte. Cei cărora le vorbea au fost uimiţi de faptul că el vântură mâna fără ca acolo să mai existe nicio muscă. După ce a terminat acţiunea, a coborât mâna, a deschis ochii şi a spus: „Acum puteţi să îmi puneţi întrebări”.

Dar călugării au spus: „Am uitat ce voiam să întrebăm. Însă ne-a apărut o altă întrebare. De ce ai repetat acelaşi gest de două ori?”

Buddha le-a răspuns: „Am făcut totul aşa cum trebuia – mâna trebuia ridicată fiind pe deplin conştient. Prima dată când am mişcat-o nu a fost bine. Am acţionat în mod inconştient, automatic, mecanic, ca un robot”.

O astfel de atenţie nu poate deveni furie, nu poate deveni ură – este imposibil. Deci, mai întâi include în tine ura, furia, tot ce este considerat a fi rău. Include şi atunci ego-ul va dispărea. Atunci vei coborî din cer şi vei reveni cu picioarele pe pământ. Devii adevărat, real.

Nu exprima, nu îndrepta furia asupra nimănui. Permite-i să existe şi exprim-o spre cer. Fii pe deplin atent. Dacă eşti furios, du-te într-o cameră, stai singur, fii furios şi revarsă-ţi furia – dar fii atent. Acţionează exact aşa cum ai fi acţionat asupra persoanei care a făcut-o să iasă la suprafaţă, la o pernă şi dă-i o bătaie bună. Fii pe deplin conştient. Fii pe deplin atent de ceea ce faci.

Aceasta va fi o realizare profundă. Furia va fi exprimată, dar prin atenţie. Atunci vei râde; vei cunoaşte şi înţelege lucrurile stupide pe care le faci. Gândeşte-te: acelaşi lucru puteai să i-l faci tatălui sau fiinţei iubite – însă totul s-a revărsat asupra pernei. Iar dacă faci acest lucru în mod autentic şi real, atunci vei simţi iubire faţă de persoana asupra căreia erai să te revolţi. Când vei ieşi din cameră şi te vei uita la persoana respectivă, vei simţi faţă

de ea o atitudine de simpatie şi de iubire. Vei dori chiar să o rogi să te ierte.

Ţi-am explicat ce înţeleg eu prin includere, prin a fi inclusiv. Nu trebuie să reprimi nimic. Reprimarea este întotdeauna periculoasă, otrăvitoare. Când reprimi creezi anumite mecanisme interioare care vor continua să existe şi care în final te vor înnebuni. Reprimarea devine nebunie. Exprimă, dar nu pe cineva. Nu este nevoie de acest lucru. Aşa ceva este stupid şi nu vei face altceva decât să intri într-un cerc vicios. Exprimă în singurătate, dar fii meditativ şi atent în timp ce exprimi.

63. ÎNCEPE SĂ TE CREEZI

4. VII.1973, Bombay

SUTRE:

90. Atingând delicat globii oculari – ca pe un fulg, liniştea dintre ei se deschide în inimă şi de acolo pătrunde întregul cosmos.

91. Iubită Devi, intră în prezenţa ta eterică care este cu mult deasupra şi dedesubtul formei tale.

Odată s-a întâmplat, într-o biserică, ca, imediat după terminarea unei plicticoase şi îndelungate predici, preotul să anunţe că este pregătit să acorde binecuvântarea credincioşilor. După aceea i-a rugat pe cei care făceau parte din consiliul de conducere să se întrunească într-o şedinţă pentru a discuta anumite probleme bisericeşti. Exact când se pregătea să înceapă şedinţa, un străin s-a apropiat de preot. Acesta nici nu arăta a fi creştin, mai degrabă arăta a musulman şi atunci preotul i-a spus: „Se pare că ai înţeles greşit anunţul meu. Aici urmează să se desfăşoare o întâlnire a conducerii”.

Străinul a spus: „Asta am auzit şi eu – dar sunt curios să văd dacă în acest consiliu există cineva mai plictisit decât mine”.

Se pare că toţi se află în aceeaşi situaţie. Priveşte feţele oamenilor sau priveşte-ţi propriul chip şi vei simţi că eşti cel mai plictisit om din lume; pare imposibil ca cineva să fie mai plictisit decât tine. Întreaga viaţă nu pare a fi altceva decât o lungă plictiseală – uscată, stoarsă şi fără să

aibă vreun sens; într-un fel, pentru tine viaţa este o povară.

De ce s-a întâmplat acest lucru? Viaţa nu este făcută pentru a fi plictisitoare. Ea nu este făcută să fie o suferinţă. Viaţa este o festivitate, o celebrare, o culme a bucuriei – dar aşa ceva nu există decât în poezii, în vise şi filosofii.

Uneori, un Buddha, un Krishna, par să fiinţeze într-o profundă celebrare, dar ei sunt nişte excepţii, este ceva de necrezut – pare ceva ireal, doar un ideal. Se pare că aşa ceva nu se va mai întâmpla niciodată. Ei reprezintă visele, speranţele, miturile noastre – nu sunt o realitate.

Realitatea o reprezintă chiar chipul nostr u – plictisit, suferind – întreaga viaţa nu este decât o povară.

De ce s-a întâmplat aşa ceva? Iar acest fenomen nu este realitatea de bază a vieţii, ci se întâmplă doar la om. Copacii, stelele, animalele, păsările... nu se întâmplă nicăieri în altă parte. În afară de om, nimeni nu este plictisit. Şi chiar dacă apare uneori durerea, acest lucru este ceva momentan, nu devine niciodată o angoasă. Nu devine o obsesie constantă care să rămână veşnic în minte. Este un lucru momentan, un accident; acesta nu este cărat mai departe.

Animalele pot avea dureri, dar nu suferă. Durerea apare ca un accident şi ele trec imediat peste ea. Nu o cară în spinare, aceasta nu devine o rană.

Este uitată şi iertată. Durerea trece, nu devine niciodată o parte a viitorului. În clipa în care durerea devine un lucru constant, o rană, nu un accident, ci o realitate fără de care nu poţi exista, atunci aceasta este o problemă – şi culmea este că această problemă a apărut doar minţii umane. Copacii nu se află în suferinţă, în ei nu este nicio angoasă. Dar nu înseamnă că lor nu le apare moartea; apare, dar nu devine o problemă. Nu înseamnă că acolo nu există experienţe dureroase; există, dar ele nu devin viaţa însăşi. Acestea apar şi dispar la periferie. Adânc înăuntru, în miezul esenţial, viaţa este veşnic celebrată. Un copac celebrează viaţa. Moartea va apărea,

dar apare doar o singură dată, aceasta nu este cărată constant în sufletul animalului sau plantei.

În afară de om totul există într-o festivitate continuă. Doar omul este plictisit – plictiseala este un fenomen uman. Unde s-a greşit? Ceva pare greşit.

Într-un fel acesta pare a fi un semn bun. Plictiseala este umană. Poţi defini fiinţa umană prin plictiseală. Aristotel a definit fiinţa umană ca fiind raţională. Dar acest lucru poate să nu fie perfect adevărat – nu este sută la sută adevărat, deoarece diferenţa este doar de câteva grade. Animalele sunt şi ele raţionale – mai puţin decât omul, dar nu sunt complet iraţionale. Există animale a căror minte este foarte apropiată de cea umană! Ele sunt raţionale în felul lor – nu la fel de mult ca omul, dar nici nu sunt complet lipsite de raţiune. Diferenţa este doar de grade şi tocmai de aceea omul nu poate fi definit doar prin raţiune. Însă îl poţi defini prin plictiseală: el este singurul animal plictisit. Iar această plictiseală poate ajunge la un nivel atât de înalt încât el se poate sinucide. Doar omul se poate sinucide; niciun animal nu face aşa ceva. Acesta este un fenomen absolut uman. Când plictiseala ajunge la un asemenea grad încât acolo nu mai este posibilă niciun fel de speranţă, atunci nu îţi rămâne altceva decât să te omori, deoarece nu mai are niciun sens să continui viaţa. Momentan poţi îndura plictiseala, durerea, suferinţa, deoarece undeva în viitor există o speranţă pentru ceva anume. Astăzi este rău, dar crezi că mâine se va întâmpla ceva bun. Doar datorită acestei speranţe continui să cari tot felul de poveri.

Am auzit că odată un împărat chinez l-a condamnat la moarte pe prim-ministrul său. În ziua în care acesta trebuia să fie spânzurat, împăratul a venit să îşi ia rămas bun. Prim-ministrul i-a fost un servitor foarte devotat şi l-a slujit cu credinţă mulţi ani, dar acum făcuse ceva care îl supărase pe împărat atât de tare încât acesta l-a condamnat la moarte.

Când a intrat, l-a văzut pe prim-ministru plângând. Nu îşi putea imagina că moartea putea fi cauza care să îl

facă să plângă, deoarece îl ştia un om curajos – atunci împăratul l-a întrebat: „Este imposibil să cred că tu plângi din cauză că vei muri – îmi este imposibil să concep aşa ceva. Eşti un om curajos şi eu ţi-am cunoscut în multe ocazii faptele tale de eroism, deci trebuie să fie altceva. Ce este? Dacă pot face ceva pentru tine, spune-mi”.

Primul-ministru a răspuns: „Acum nu se mai poate face nimic şi nu mai are niciun rost să îţi spun, dar dacă insişti, încă sunt servitorul tău şi trebuie să te ascult – aşa că îţi voi spune”.

Împăratul a insistat şi atunci prim-ministrul a spus: „Nu este vorba de moartea mea, deoarece asta nu are importanţă – orice om moare într-o bună zi; moartea poate apărea oricând – dar plâng pentru că ţi-am văzut calul afară”.

Împăratul a întrebat: „Din cauza calului? De ce?”

„Întreaga viaţă am căutat un astfel de cal, deoarece cunosc un secret – pot învăţa caii să zboare – însă numai un anumit gen de cai. Acesta este chiar tipul pe care îl căutam. Aşadar nu sunt îngrijorat de moartea mea, dar acum, odată cu mine, va dispărea şi această artă antică. Iată de ce plâng”.

Împăratul era uimit, dar totodată încântat – era ceva să poţi face un cal să zboare – şi a spus: „Câte zile îţi vor trebui pentru aceasta?”

Prim-ministrul a răspuns: „Cel puţin un an, dar după aceea va putea să zboare”.

Atunci împăratul i-a spus: „Bine, te eliberez un an de zile, dar ţine minte, dacă nu va zbura te voi recondamna la moarte şi vei fi spânzurat, însă dacă va putea zbura, te voi ierta pentru tot ce ai făcut; şi nu doar te voi ierta, ci îţi voi da şi jumătate din împărăţie, deoarece atunci voi fi primul împărat din istorie care are un cal zburător. Acum, hai, nu mai plânge, eşti liber”.

Prim-ministrul s-a dus spre casă şi era foarte bucuros. Dar soţia sa încă plângea şi i-a spus: „Am auzit şi eu ce s-a întâmplat – însă doar un an? Ştiu că nu cunoşti niciun fel de artă, iar calul cu care ai venit nu va putea

niciodată să zboare. A fost doar un truc şi dacă tot ai putut obţine un an, de ce nu ai cerut zece ani?”

El i-a spus: „Ar fi fost prea mult. Atât cât este şi este deja prea mult. Dar nu mai plânge”.

Soţia a mai spus: „Acest lucru mă face să fiu mai tristă – să ştiu că după un an vei fi spânzurat. Pentru mine, întregul an va fi o suferinţă”.

El a spus: „Îţi voi spune un secret antic pe care nu îl cunoşti: pe parcursul acestui an de zile regele poate muri, calul poate muri, eu pot muri. Sau cine ştie? Poate calul va învăţa să zboare! Am în faţă un an de zile!”

Doar speranţe – omul trăieşte prin speranţe, deoarece el este plictisit. Când această plictiseală ajunge la un punct în care nu mai poţi spera nimic, atunci poţi ajunge chiar să te sinucizi. Plictiseala şi sinuciderea sunt ambele umane. Niciun animal sau copac nu se poate sinucide.

De ce s-a întâmplat acest lucru? Care este motivul? Oare omul a uitat complet cum să mai fie festiv, cum să celebreze totul? În timp ce întreaga existenţă este festivă, de ce tocmai omul s-a retras şi a creat în jurul său un mediu plin de tristeţe?

Totuşi s-a întâmplat. Animalele trăiesc prin instincte; ele nu trăiesc prin conştientizare, ci prin instincte – mecanic. Nu trebuie să înveţe nimic, ele se nasc cu tot ceea ce trebuie să cunoască. Viaţa lor se desfăşoară în planul instinctual; acolo nu există nimic de învăţat. Animalele au un program inclus în celule care le ajută să trăiască şi să fie fericite.

Omul şi-a pierdut acest instinct, în viaţa sa nu mai există niciun fel de proiect. Tu eşti născut fără niciun fel de plan, fără niciun program interior. Pentru tine nu există vreun traseu mecanic pe care să îl urmezi. Trebuie să îţi creezi propria cale. Va trebui să înlocuieşti instinctul cu altceva – cu inteligenţă, conştientizare. Nu poţi trăi mecanic. Omul a trecut de acest nivel al vieţii – aşa ceva nu mai este posibil. Nu mai poţi trăi precum animalele, însă marea problemă este aceea că nu ştii cum poţi trăi

altfel.

Tu nu ai un program înnăscut pe care să îl urmezi. Fără acesta va trebui să înfrunţi existenţa. Şi dacă nu poţi crea o conştientizare prin care să trăieşti, atunci acolo va apărea cu siguranţă plictiseală şi suferinţa. Trebuie să înveţi totul – aceasta este problema. Niciun animal nu trebuie să înveţe nimic e, tu trebuie să o faci şi până atunci nu vei putea trăi. Va trebui să înveţi să trăieşti. Niciun animal nu are nevoie de aşa ceva.

Tocmai această învăţare este problema. Înveţi foarte multe lucruri: cum să câştigi bani, cum să înveţi matematica, istoria, ştiinţa, mai bine zis înveţi cum să trăieşti. Aceasta creează o plictiseală. Întreaga umanitate este plictisită, deoarece un lucru fundamental rămâne în continuare neatins. Însă viaţa nu mai poate fi lăsată în voia instinctelor, deoarece acum nu mai ai instincte după care să te ghidezi. Pentru om, uşa instinctelor s-a închis. Va trebui să îţi construieşti propriul tău program. Fiecare dintre noi se naşte fără nicio hartă.

Iar acest lucru este foarte bun, deoarece existenţa ştie că acum eşti responsabil şi îţi poţi crea propriile hărţi. Aceasta este gloria. Este ceva magnific.

Tocmai acest lucru îl face pe om să fie culmea existenţei – faptul că existenţa te lasă să decizi singur totul. Niciun animal nu este liber: el trebuie să trăiască şi să urmeze un program impus de Existenţă. El se naşte cu un program bine stabilit pe care este nevoit să îl urmeze. Animalul nu poate să o ia razna, nu poate alege. Nu i se oferă nicio alternativă. Pentru om sunt deschise toate posibilităţile, toate alternativele, iar el nu are o hartă după care să se ghideze.

Dacă nu înveţi cum să trăieşti, viaţa ta va deveni seacă. Chiar s-a întâmplat acest lucru. Atunci vei face multe lucruri şi cu toate acestea vei simţi că nu trăieşti. Eşti mort – înăuntru nu este nimic viu. Tu continui să acţionezi pentru că nu ai ce face. Acţionezi doar pentru a trăi, dar acest „pentru a trăi” nu înseamnă viaţă. Acolo nu există dans, nu există cântec. Totul a devenit o afacere.

Joaca a dispărut şi este normal să nu te mai bucuri de nimic. Aceste tehnici tantrice sunt pentru a te învăţa să trăieşti. Ele nu te învaţă să depinzi de instinctul animalic, deoarece acesta nu mai există; este aproape şters şi pentru tine nu mai poate funcţiona.

S-a observat faptul că dacă un copil creşte în lipsa mamei, el nu va putea fi niciodată capabil să iubească. Întreaga sa viaţă va trăi fără iubire, deoarece nu a învăţat să iubească. Chiar şi iubirea trebuie să fie învăţată. Un copil care creşte fără iubire nu o va putea învăţa, nu va putea iubi. Dacă nu are o mamă care să devină pentru el o sursă de fericire, de extaz, atunci nicio femeie cu care va veni în contact nu va putea deveni pentru el o sursă de fericire şi extaz. Când se va maturiza nu va fi atras de femei, deoarece acest instinct nu îi funcţionează.

Însă la animale nu se întâmplă acest lucru; la momentul potrivit ele vor începe să devină sexuale, vor fi atrase de sexul opus – va fi ceva mecanic, instinctiv. La om nimic nu este mecanic sau instinctiv. Dacă nu înveţi un copil să vorbească, el nu va putea vorbi. Limbajul nu apare în mod natural, pentru că acesta nu este un instinct. Felul în care eşti este datorat învăţăturii. Omul este mai puţin natural şi mai mult cultivat. Animalele sunt naturale.

Omul este cultivat, dar o dimensiune a lui – care este şi cea mai fundamentală – rămâne neatinsă – aceasta este viaţa, dimensiunea de a fi viu. Tu consideri că deja o deţii. Dar nu este aşa. Nu ştii cum să trăieşti – a trăi nu înseamnă a respira. Doar a mănâncă, a dormi şi a-ţi face treburile zilnice nu înseamnă a trăi. Este adevărat că exişti, dar nu eşti viu, nu trăieşti cu adevărat.

Un buddha este viu, el nu doar există. Această viaţă poate apărea doar când o înveţi, când devii conştient de ea şi doar când o cauţi, dacă creezi situaţii în care aceasta să evolueze. Ţine minte: pentru om nu există evoluţie mecanică. Acum ţi-a apărut evoluţia conştientă şi nu mai poţi face nimic în această privinţă – va trebui să pătrunzi în evoluţia conştientă. Nu mai poţi decade. Însă te poţi împotmoli acolo unde eşti – atunci te vei plictisi.

Chiar asta este ceea ce se întâmplă. Tu nu te mişti. Continui să acumulezi tot felul de lucruri fizice şi acestea sunt cele care se mişcă, dar nu şi tu. Bogăţiile, averile, contul bancar creşte, dar nu şi tu. Tu stagnezi. Dimpotrivă, se poate spune că descreşti, pari a te scufunda. Iar până când nu faci ceva pe deplin conştient, eşti pierdut – este nevoie de un efort conştient. Animalelor nu li se cer aceleaşi lucruri, deoarece ele nu sunt responsabile. Trebuie să înţelegi un lucru fundamental: odată cu libertatea apare şi responsabilitatea. Şi poţi fi liber doar dacă eşti responsabil.

Animalele nu sunt responsabile, dar nu sunt nici libere – ele trebuie să urmeze o anumită cale. Ele sunt fericite, deoarece în drumul lor nimic nu poate fi greşit. Pur şi simplu urmează un şablon, o cale predeterminată de milenii, un drum la care evoluţia a lucrat secole de-a rândul. S-a lucrat asupra acestei căi şi s-a descoperit că este corectă şi acum ele urmează această cale; acolo nimic nu poate funcţiona greşit.

Pentru tine există posibilitatea de a greşi, deoarece aici nu există nicio hartă, nicio cale. Viaţa ta nu este prestabilită, nu este trasată dinainte. Tu eşti liber. Dar atunci asupra ta cade o mare responsabilitate: trebuie să alegi bine, să lucrezi în mod corespunzător, să îţi creezi viitorul prin efortul propriu. Omul trebuie să se creeze pe sine chiar prin eforturile proprii.

Ceea ce spun existenţialiştii este foarte adevărat: omul este născut fără o esenţă sau poţi spune chiar fără suflet. Sartre, Marcel, Heidegger, toţi afirmă că omul este născut fără esenţă. El este născut ca o existenţă, dar apoi prin efortul propriu creează esenţa. Este născut ca o posibilitate şi apoi prin acţiunile sale îşi creează sufletul. Este născut doar ca o formă şi apoi, prin efortul său conştient, creează substanţa.

În cazul naturii este exact contrar: fiecare animal, fiecare plantă este născută cu o esenţă, cu un suflet, cu un program, cu un destin fix. Omul este născut ca o deschidere fără niciun destin fix – acest lucru creează o

responsabilitate, o povară. Aceasta te face să îţi fie frică. Atunci oriunde te-ai afla, dacă nu acţionezi, te împotmoleşti – stagnarea creează plictiseala.

Poţi fi viu, festiv, bucuros, doar când te mişti, când creşti, când creezi un suflet – atunci când eşti însărcinat cu divinul şi când divinul creşte în pântecul tău, când vei da naştere.

Pentru tantra, Dumnezeu nu este începutul, ci sfârşitul. Dumnezeu nu este creatorul, ci este culmea finală a evoluţiei, este omega. Nu este alfa, ci omega. Şi atâta timp cât nu eşti însărcinat, vei fi plictisit, deoarece fără aceasta viaţa ta va fi zadarnică – din ea nu va rodi nimic, niciun fruct. Iată cauza care creează plictiseala.

Poţi face ca această posibilitate să devină o sursă de evoluţie sau o poţi pierde şi o vei face să devină un motiv pentru sinucidere. Depinde de tine – doar omul se poate sinucide, iar tot omul poate creşte spiritual.

Niciun animal nu poate face acest lucru. Omul se poate crea deoarece se poate şi distruge. Ţine minte: aceste două posibilităţi merg în paralel. Niciun animal nu se poate distruge singur – este imposibil. Nu îţi poţi închipui un leu care se gândeşte să se ducă pe marginea unei stânci şi să se arunce – nu, aşa ceva este imposibil. Oricât de brav ar fi acel animal, nu poate face acest lucru, nu se poate gândi să termine totul, nu se poate distruge. El nu este liber.

Îţi poţi dori sinuciderea. Este imposibil să existe vreo fiinţă umană care să nu se fi gândit cel puţin o dată la sinucidere, la distrugere. Iar dacă poţi întâlni o astfel de fiinţă, atunci aceasta este ori un animal, ori Dumnezeu. Această posibilitate de distrugere este umană. Însă acolo, simultan, se mai deschide şi o altă poartă – ambele uşi se deschid deodată – prin care te poţi crea, prin care poţi da naştere propriului suflet.

Niciun animal nu se poate crea pe el. Dar tu o poţi face – iar până când nu o faci, doar te distrugi. Începe să te creezi… şi acesta nu este un lucru simplu, este un proces îndelungat. Până când nu ajungi la final nu te poţi opri din

creare. Va trebui să creezi până când divinul se naşte în tine, va trebui să creezi. Dacă nu o faci, te vei plictisi – viaţa necreativă este plictisitoare. Toate aceste tehnici sunt pentru a te ajuta să creezi, pentru a te ajuta să te renaşti.

Acum voi pătrunde în tehnici.

Prima tehnică este foarte uşoară şi este cu adevărat minunată. Oricine o poate face. Aici nu se mai pune problema de tip – oricine o poate face şi va ajuta pe oricine. Chiar dacă nu eşti capabil să pătrunzi foarte adânc, ea te va ajuta oricum. Te va reîmprospăta.

Ori de câte ori eşti plictisit te va reîmprospăta. Când eşti obosit, te va revitaliza. Când te afli într-o stare proastă şi eşti sătul de totul, îţi va aduce în tine un nou curent de energie. Aşadar este bună pentru oricine, chiar dacă nu meditezi şi nu te cufunzi în ea. Îţi va da sănătate. Şi este foarte uşoară, nu ai nevoie de nicio pregătire preliminară.

90. Atingând delicat globii oculari – ca pe un fulg, liniştea dintre ei se deschide în inimă şi de acolo pătrunde întregul cosmos.

Înainte de a începe vreau să fac câteva remarci introductive. Mai întâi trebuie înţelese câteva lucruri despre ochi, deoarece întreaga tehnică depinde de aceştia.

Un fapt important este următorul: oricum ai fi, oricum arăţi în exterior este fals, însă ochii nu te pot păcăli. Nu poţi face ca ochii să devină falşi. Poţi avea o faţă falsă, dar nu poţi face acelaşi lucru şi cu ochii. Este imposibil – până când nu devii un maestru perfect, cum era Gurdjieff, de exemplu. Până când nu devii stăpânul absolut al energiilor tale, nu poţi falsifica ochii. Nicio fiinţă umană normală nu poate face acest lucru.

Acesta este motivul pentru care atunci când cineva se uită fix în ochii tăi te simţi jignit sau ofensat, deoarece celălalt încearcă să te pătrundă. Şi în această privinţă nu poţi face nimic – ochii vor dezvălui adevăratul eu. Ca o regulă, s-a stabilit ca acest lucru – de a privi fix în ochii cuiva – să fie considerat o nepoliteţe. Chiar şi când vorbeşti cu cineva tot eviţi să priveşti fix în ochii persoanei

respective. Nu poţi face acest lucru decât cu cineva pe care iubeşti, cu cineva care este pregătit să fie sincer cu tine.

Psihologii au observat că există o limită maximă pentru privire – 30 de secunde. Poţi privi fix în ochii unui străin cel mult 30 de secunde. Dacă încerci să priveşti mai mult timp, atunci deja ai început să devii agresiv şi celălalt va începe să devină neliniştit. Când te afli la depărtare, atunci îl poţi privi cât vrei de mult, deoarece celălalt nu este conştient de tine.

Când te afli într-un tren aglomerat sau într-un autobuz, ori într-un lift, şi stai aproape de altcineva, nu priveşti niciodată fix în ochii persoanelor de lângă tine. Corpurile se pot atinge – aceasta nu este o ofensă prea mare – dar nu priveşti niciodată fix în ochii unei persoane, deoarece prin privire există posibilitatea să pătrunzi în omul real. Iată primul lucru care trebuie ţinut minte: ochii nu au personalitate. Ei sunt puri şi naturali, nu au niciun fel de personalitate.

Al doilea lucru: fiecare om se mişcă prin lume aproape numai prin ochi. Psihologii afirmă că 80 % din contactul cu lumea este realizat prin ochi – 80 % din viaţa ta curge prin ochi.

Acesta este şi motivul pentru care orice om simte milă pentru orbi. Când vezi un surd nu simţi atât de multă milă şi simpatie cum simţi pentru un orb. De ce? – pentru că un orb este viu doar în proporţie de 20 %. Un surd nu se află în aceeaşi situaţie disperată. Chiar dacă nu ai picioare sau mâini, nu eşti în aceeaşi situaţie ca un orb. El este 80 % mort, este închis.

Prin ochi se scurge 80% din energie. Te mişti în lume prin ochi. Deci, primii care obosesc sunt ochii. Mai târziu vor fi afectate şi alte părţi ale corpului, dar ochii sunt primii care pierd energie. Când îţi poţi reîmprospăta ochii, atunci îţi reîmprospătezi întregul corp, în definitiv ei reprezintă 80% din energia ta. Dacă poţi revitaliza ochii, te-ai revitalizat pe tine însuţi.

Când te afli într-un mediu natural nu te simţi la fel de

obosit ca într-un oraş, deoarece natura hrăneşte ochii. Verdeaţa, aerul proaspăt – totul îi relaxează şi îi hrăneşte. Într-un oraş, totul îi oboseşte şi nu au de unde se hrăni. Mergi într-un sat sau la munte şi vei avea un alt tip de ochi. Calitatea lor, modul de clipire, totul va fi diferit – vor fi mai proaspeţi, mai vii, mai penetranţi, mai vioi.

Într-un oraş modern, ochii sunt morţi şi trăiesc doar la minimum. Ei nu ştiu ce este festivitatea, prospeţimea. Sunt doar exploataţi, nu sunt conştienţi de viaţă, de minunatul fenomen la care iau parte.

O mare parte din energie curge prin ochi şi tu va trebui să fii conştient, să înveţi arta acestei mişcări, acestei energii, va trebui să cunoşti posibilităţile şi potenţialităţile ochilor.

În India, orbii sunt denumiţi *prajna-chakshu* – înţelepciunea ochilor – iar acest lucru se datorează unui motiv anume. Orice ghinion sau accident poate deveni un noroc, o potenţialitate. Prin ochi curge 80% din energie, deci se poate spune că un orb este mort în proporţie de 80%; el a pierdut contactul cu lumea.

În ceea ce priveşte lumea exterioară, un orb este foarte sărac, dar dacă poate folosi această posibilitate pe care o are, atunci va folosi 80% din energie pentru lumea interioară. Aşadar, 80% din energia care trebuia să se mişte spre exterior, acum se poate mişca spre interior. Dacă cunoaşte cum să facă acest lucru, atunci el atinge „înţelepciunea-ochilor”.

Un orb nu este în mod direct un prajna-chakshu, dar poate fi. El nu deţine ochi obişnuiţi, dar poate avea ochii-înţelepciunii. Această posibilitate există. Sunt denumiţi în acest mod tocmai pentru ca ei să nu se simtă complexaţi de faptul că nu au ochi – însă pot crea, îşi pot dezvolta ochii interiori. Un orb are la dispoziţie o mare parte din energia care trebuia folosită de ochii obişnuiţi. Şi pe aceasta o poate folosi cu foarte mare uşurinţă.

Chiar dacă nu este conştient, un orb devine mult mai tăcut decât un om obişnuit. El devine mai relaxat. Priveşte un orb: este mai tăcut, faţa sa este mai relaxată; este

mulţumit cu el însuşi. Dar nu acelaşi lucru se întâmplă şi cu un om surd. Acesta este chiar mai neliniştit decât orice persoană obişnuită şi devine mai viclean. Însă un orb nu este niciodată viclean, nu este niciodată neliniştit, nu este calculat, ci încrezător, are o încredere profundă în Existenţă.

De ce se întâmplă acest fenomen? – deoarece 80% din energie se orientează spre interior, chiar dacă el nu este conştient de acest fapt. Acolo este o cascadă. Această cascadă a energiei se revarsă mereu spre inima sa. Aceeaşi energie care trebuia să se mişte în afară, acum se mişcă în interior – /V

acest lucru îi schimbă calitatea fiinţei. În India antică orbii erau foarte respectaţi: tocmai de aceea şi erau denumiţi înţelepciunea-ochilor.

Acelaşi lucru îl poţi face şi tu cu proprii ochi. Iată care şi este sensul acestei tehnici: ajută ca energia care se scurge prin ochi să revină spre centrul inimii, spre tine. Când aceasta curge spre tine, atunci devii foarte uşor. Îţi vei simţi corpul ca pe un fulg; gravitaţia nu mai are efect asupra ta. Şi atunci stabileşti imediat o legătură cu sursa cea mai profundă din fiinţa ta. Acea sursă este cea care te revitalizează.

Tantra afirmă că nu somnul este cel care te revitalizează, ci faptul că energia care se mişca spre exterior se mişcă în interior.

Dacă cunoşti acest secret, atunci ceea ce face un om în şase sau opt ore de somn, tu vei realiza în câteva minute. De fapt, omul nu face nimic în orele de somn, ci doar îi permite, în mod inconştient, naturii să acţioneze asupra sa.

În somn se petrece un proces misterios. Unul din lucrurile fundamentale este că în acele clipe energia nu se mai scurge în afară; aceasta se îndreaptă spre inimă şi te revitalizează. Te îmbăiezi în propria ta energie.

Încă ceva despre această energie veşnic curgătoare. Poate ai observat faptul că o fiinţă autoritară, dominatoare priveşte mereu fix. O persoană neîncrezătoare în ea se uită

mereu în jos. Sclavii, servitorii sau oricine se crede inferior faţă de cineva nu priveşte niciodată în ochii celui care este superior; însă cel care este superior se poate uita în ochii acestora. De exemplu, regii te pot fixa cu privirea, dar când te afli în preajma lor nu ai voie să îi priveşti fix. Asta va fi o ofensă. Trebuie să priveşti în jos!

Energia se mişcă odată cu ochii. Şi acest fapt se poate transforma într-o violenţă subtilă. Acelaşi lucru este valabil şi la animale. Când se întâlnesc două animale, încep să se privească fix şi în clipa în care unul din ele a coborât privirea, atunci deja s-a decis cine este cel superior. Astfel nu se vor mai lupta – totul s-a decis din priviri.

Chiar şi copiii fac acest joc al privirii: cel care se uită în jos, a pierdut. Au dreptate: cel care începe primul să se simtă stânjenit şi coboară privirea este înfrânt; cel care continuă să privească este mai puternic. Acesta nu este altceva decât un subtil indiciu prin care se dezvăluie supremaţia.

Dacă te afli pe o scenă şi trebuie să interpretezi ceva, vei începe să te simţi foarte neliniştit. Chiar şi actorii foarte renumiţi… când apar pe scenă îi cuprinde emoţia, deoarece toţi ochii sunt aţintiţi asupra lor – iar energia este foarte agresivă. Prin ochi curge o energie foarte subtilă. Cea mai rafinată şi subtilă forţă din viaţă se scurge prin ochi. Şi tocmai calitatea acestei energii este cea care te transformă.

Din ochii unui Buddha curge un alt tip de energie, iar din ochii unui Hitler curge un cu totul alt tip de energie. Priveşte în ochii unui Buddha şi vei vedea că aceştia îţi sunt deschişi, te acceptă, devin o poartă. Când priveşti în ochii unui Hitler vei vedea că aceştia te resping, te condamnă, te înlătură. Pentru Hitler, ochii săi sunt nişte arme; pentru Buddha ochii reprezintă compasiune. Calitatea ochilor schimbă totul. Mai devreme sau mai târziu se va ajunge să se măsoare energia ochilor şi atunci va fi îndeajuns să afli tipul de energie din ochii cuiva pentru a putea cunoaşte ce fel de om este acela. Cândva va fi posibil.

Atingând delicat globii oculari – ca pe un fulg, liniştea dintre ei se deschide în inimă şi de acolo pătrunde întregul cosmos.

Atingând delicat globii oculari – ca pe un fulg… Foloseşte ambele palme, pune-le pe ochi şi permite-le să atingă globii oculari – dar fără presiune, ca şi cum i-ai atinge cu o pană, cu un fulg.

Dacă apeşi pierzi esenţa, nu faci ceea ce îţi spune tehnica. Nu apăsa – atinge totul ca un fulg. Trebuie să te obişnuieşti, deoarece la început vei apăsa. Însă apasă din ce în ce mai puţin până când acolo nu se va mai exercita niciun fel de presiune – doar palmele ating globii oculari. Doar o atingere, doar o întâlnire unde nu există niciun fel de presiune altminteri tehnica nu va funcţiona. Deci – *ca un fulg*.

De ce? Pentru că un ac poate face lucruri pe care o sabie nu le poate face. Dacă apeşi, atunci calitatea s-a schimbat – eşti agresiv. Iar acea energie care curge prin ochi este foarte subtilă – dacă există o cât de mică presiune exercitată, energia va începe să lupte şi astfel se creează o rezistenţă, un conflict, o luptă. Aşadar, nu apăsa; chiar şi o apăsare uşoară este îndeajuns pentru ca energia să înceapă să acţioneze.

Este foarte subtilă şi foarte delicată. Când doar atingi ochii, fără nicio presiune, atunci energia începe să curgă spre interior. Imediat cum ai apăsat ea începe să lupte şi iese afară. Nu trebuie să existe decât o atingere şi energia va începe să curgă spre interior. Uşa este închisă şi ea se va îndrepta înăuntru. Iar în momentul în care începe să cadă înăuntru vei simţi o uşurare – îţi vei simţi capul foarte uşor.

Între ochii fizici se află cel de-al treilea ochi: ochiul-înţelepciunii – *prajna-chakshu*. Energia care se scurge din ochii fizici îl loveşte pe cel de-al treilea şi acesta este motivul pentru care te simţi uşor – de parcă acolo nu ar mai fi gravitaţie, simţi că levitezi. Iar de acolo, energia cade în inimă. Este chiar un proces fizic: ea picură şi picură până când se termină şi vei simţi cum ţi se

strecoară în inimă relaxarea. Bătăile inimii vor încetini, respiraţia la fel, întregul corp se va simţi relaxat şi liniştit.

Chiar dacă nu pătrunzi profund şi meditativ, aceasta te va ajuta din punct de vedere fizic. O poţi face oricând în timpul zilei – când stai pe scaun sau când călătoreşti într-un tren – închide ochii, simte-ţi fiinţa relaxată, corpul liniştit şi apoi pune ambele palme pe ochi. Dar nu apăsa – acesta este un lucru foarte important. Atinge-i ca şi cum ai atinge un fulg.

Când îi atingi fără să apeşi, gândurile vor înceta imediat. Gândurile nu se pot mişca într-o minte relaxată – pur şi simplu îngheaţă. Ele au nevoie de căldură, de tensiune şi agitaţie pentru a se mişca. Gândul trăieşte prin tensiune. Când ochii sunt liniştiţi, relaxaţi, iar energia se întoarce spre interiorul fiinţei, atunci gândurile se vor opri. Vei simţi o euforie, iar aceasta se va adânci pe zi ce trece.

Poţi practica tehnica de multe ori pe zi. Atingerea ochilor este benefică chiar şi când este realizată pentru o singură clipă. Oricând simţi ochii obosiţi, secaţi – după ce ai citit sau ai fost la cinema, ori după ce te-ai uitat la televizor – oricând îi poţi închide şi nu trebuie să faci altceva decât să îi atingi. Efectul va apărea imediat.

Însă dacă vrei să foloseşti tehnica pentru meditaţie, atunci trebuie să o practici cel puţin 40 de minute zilnic. Iar tot secretul este să nu apeşi. Este uşor pentru o singură clipă să nu apeşi, dar este dificil să menţii această atingere timp de 40 de minute – însă ţine minte că atingi un fulg sau aripile unui fluture. Problema este că vei uita şi vei începe să apeşi. Nu apăsa. Timp de 40 de minute doar rămâi conştient de faptul că mâinile tale nu mai au nicio greutate; ele doar ating. Continuă să fii conştient că nu apeşi, ci doar atingi. Aceasta va deveni o conştientizare profundă, exact ca respiraţia. Aşa cum Buddha spune să respiri conştient, la fel se va întâmpla şi cu atingerea, deoarece vei fi mereu conştient că nu apeşi. Mâna va deveni precum un fulg, ca un lucru care nu are greutate – acolo va exista doar atingerea, contactul.

Mintea va fi în totalitate prezentă, atentă, alertă,

aproape de ochi, iar energia va curge constant pe acolo. La început, aceasta doar va picura. Dar în câteva luni vei simţi că a devenit precum un râu şi în cel mult un an vei simţi că seamănă cu un potop. Iar când o faci – *atingând delicat globii oculari – ca pe un fulg, liniştea dintre ei* – vei simţi o linişte o relaxare, o uşurare. Poţi simţi acest lucru chiar în această clipă. Când doar îi atingi, în acel moment apare o linişte. Iar acea linişte se deschide, pătrunde în inimă. Şi în inimă nu poate intra decât ceva foarte uşor. În inimă nu pot intra decât lucruri foarte uşoare.

Liniştea care apare din cei doi ochi va începe, să se cufunde în inimă şi inima se deschide pentru a o primi – iar acolo pătrunde cosmosul. După un timp, revărsarea energiei devine un curent, apoi un râu, după aceea un potop, iar tu vei fi spălat din ce în ce mai mult, vei fi spulberat complet de această viitură. Nu vei mai simţi că eşti tu. Vei simţi că acolo este doar Cosmosul. Inspirând, respirând, trăind, vei simţi că ai devenit Cosmosul. Cosmosul pătrunde şi iese. Entitatea, ego-ul care te-ai simţit mereu că eşti, nu va mai persista.

Această tehnică este foarte simplă şi nu este deloc periculoasă, aşa că o poţi experimenta oricum doreşti. Problema constă în faptul că nu o vei putea practica tocmai din cauză că este foarte simplă. Totul depinde de o atingere în care să nu existe niciun fel de presiune aşadar va trebui să înveţi acest lucru.

Încearcă. În cel mult o săptămână vei reuşi. Şi brusc, într-o zi, când atingi ochii fără să apeşi asupra lor, vei simţi exact ceea ce am spus – o linişte şi o deschidere a inimii şi, de asemenea, vei simţi cum ceva cade din cap spre inimă.

91. Iubită Devi, intră în prezenţa ta eterică care este cu mult deasupra şi dedesubtul formei tale.

Această a doua tehnică poate fi practicată doar dacă ai practicat-o pe cea anterioară ei. Se poate practica şi separat, dar atunci va fi foarte dificilă. Însă dacă o faci pe prima este bine să o faci şi pe a doua – şi este foarte uşor.

Când te simţi uşor, când simţi că poţi zbura atunci vei deveni conştient de faptul că în jurul corpului tău este o

lumină albăstruie. Însă acest lucru îl poţi simţi doar când simţi că poţi levita, când simţi corpul foarte uşor, când simţi că poate zbura, când îl simţi eliberat de orice povară şi greutate, eliberat de gravitaţia Pământului. Dar nu te gândi că vei putea zbura cu adevărat. Însă uneori se poate întâmpla. Uneori se poate ajunge la un asemenea punct de echilibru încât trupul să se înalţe. Dar nu acesta este scopul tehnicii şi este bine să nu te gândeşti deloc la acest lucru. Este îndeajuns doar să simţi – având ochii închişi – că trupul s-a înălţat. Când deschizi ochii vei vedea că te afli tot pe pământ, dar nu ai de ce să te îngrijorezi.

Este îndeajuns să te simţi lipsit de greutate şi înălţat de la pământ. Pentru a medita este îndeajuns. Dar când încerci să înveţi să levitezi, atunci nu este îndeajuns doar atât. Oricum pe mine nu mă interesează acest lucru şi nu îţi voi spune nimic despre levitaţie. Tot ce trebuie să faci este să simţi corpul lipsit de greutate.

Când începi să te simţi lipsit de greutate, atunci devino conştient de forma corpului. Având ochii închişi simte degetele picioarelor, dar şi forma lor, după aceea treci la întreaga formă a corpului. De exemplu, dacă stai în *siddhasana* sau în postura lotusului, atunci simte acea formă, încearcă să simţi forma corpului în interiorul tău. Forma va deveni aparentă şi, simultan, vei deveni conştient că în jurul formei există o lumină albăstruie.

La început ţine ochii închişi. Această lumină începe să se răspândească şi vei simţi o aură albăstruie în jurul formei. Şi, după un timp, când o vei practica noaptea, dacă deschizi ochii chiar o vei vedea – o formă albăstruie. Este doar o lumină, o lumină albăstruie care se află în jurul corpului tău. Dacă vrei să o vezi cu adevărat nu trebuie să faci altceva decât să practici tehnica.

Această lumină albăstruie reprezintă prezenţa corpului eteric. Fiinţa are multe corpuri. Această tehnică se ocupă de cel eteric şi prin el poţi pătrunde în cel mai înalt extaz. Există şapte corpuri şi fiecare dintre ele poate fi folosit pentru a pătrunde în Divin; fiecare corp nu este altceva decât o uşă.

Tehnica pe care o discutăm foloseşte corpul eteric. Acesta este cel mai uşor de perceput. Cu cât un corp este mai profund, cu atât este mai dificil de pătruns în el; însă corpul eteric este foarte aproape de corpul fizic. Foarte aproape. A doua formă a omului este cea eterică – aceasta te învăluie. Ea penetrează trupul material, dar totodată se află în jurul său exact ca o lumină difuză, o lumină albăstruie care atârnă precum o robă.

Iubită Devi, intră în prezenţa ta eterică care este cu mult deasupra şi dedesubtul formei tale.

Se află peste tot în jurul formei tale. Dacă poţi vedea această lumină albăstruie care te înconjoară, atunci gândirea se va opri instantaneu, deoarece corpul eteric nu are nevoie de gândire.

Iar acea lumină albastră este foarte liniştitoare, foarte relaxantă. Acelaşi efect îl are şi lumina albastră obişnuită. De ce? Pentru că seamănă cu lumina corpului tău eteric. Cerul este foarte liniştitor. De ce? Deoarece este asemănător culorii corpului eteric.

Când cineva te iubeşte şi te atinge cu iubire, persoana respectivă atinge corpul eteric şi acesta este motivul pentru care simţi o linişte şi relaxare atât de profundă. Au fost efectuate multe experimente ştiinţifice în acest domeniu şi chiar s-au fotografiat anumite cupluri care făceau dragoste: iar când actul dura peste 40 de minute fără să existe ejaculare, în jurul corpurilor iubiţilor apărea o lumină albastră.

Şi uneori s-au întâmplat fenomene foarte ciudate, deoarece această lumină este şi o foarte subtilă forţă electrică. Multor cupluri de tineri căsătoriţi sau două persoane care se iubesc, la prima întâlnire li s-a întâmplat ca în camera în care se iubeau să se producă multe fenomene neobişnuite… Când ambele corpuri vibrează de iubire, de atracţie, când ambele sunt contopite – deschise, vulnerabile, pregătite să devină un singur spaţiu – atunci ele devin pline de energie, corpurile lor eterice sunt vitalizate şi, de multe ori, încep să se mişte sau să cadă obiectele din acea cameră.

Un fenomen foarte ciudat: o statuetă se află pe masă şi brusc aceasta cade pe covor. Geamul de pe masă se sparge – problema este că acolo nu se mai află nimeni în afară de iubiţi, iar ei nici măcar nu s-au atins de acel geam. Ori, deodată ceva ia foc… Astfel de cazuri au fost raportate poliţiei în multe ţări din întreaga lume şi s-a investigat timp îndelungat, iar până la urmă s-a ajuns la concluzia că două persoane care se află într-o iubire profundă pot afecta lucrurile din jurul lor.

Această forţă izvorăşte tot din corpul eteric. Corpul eteric este corpul electric. Ori de câte ori eşti plin de energie, corpul eteric se întinde pe o mare distanţă în jurul trupului fizic. Când eşti trist, deprimat, corpul eteric nu se mai află lângă tine – se retrage în corpul material. Deci, lângă o persoană tristă şi deprimată şi tu vei începe să te simţi la fel ca ea. Dacă în cameră intră o persoană tristă vei simţi imediat că s-a întâmplat ceva, iar această senzaţie este datorată corpului eteric – el este primul care este afectat. Persoana respectivă devine un exploatator, deoarece forţele sale eterice sunt atât de deprimate încât încep să se hrănească cu energia altora.

O persoană tristă te face să fii trist, o persoană deprimată te deprimă, un bolnav te îmbolnăveşte – deoarece nu totul este vizibil, mai există şi anumite forţe subtile care au propriul lor mod de a acţiona şi de a influenţa. Chiar dacă acesta nu spune nimic, chiar dacă zâmbeşte, tot te va exploata. Corpul tău eteric va pierde energie – acela se va hrăni din tine.

Când în cameră intră o persoană fericită, vei simţi cum te înconjoară fericirea, deoarece aceasta emană multă forţă etherică. De fapt, te ospătează, te hrăneşte – are atât de mult încât nu poate păstra doar pentru ea totul.

Când un Buddha sau un Hristos sau un Krishna se află lângă tine, tu vei fi mereu un oaspete al lui, te va hrăni cu tot ce are. Şi după ce pleci te vei simţi reîmprospătat, vitalizat, reîntinerit. Ce s-a întâmplat? Poate că Buddha nu a spus nimic. Poate că nu a aruncat decât o privire, *darshan*, iar tu simţi că ceva a pătruns în tine, că s-a

întâmplat ceva în interior.

Ce se petrece? Este atât de plin de energie... şi oricine este liniştit în prezenţa sa. Un iluminat este mulţumit întotdeauna de el însuşi, deoarece este veşnic plin de energie şi nu o iroseşte în tot felul de non-sensuri aşa cum o face orice om obişnuit. El revarsă energia în permanenţă şi oricine se poate înfrupta din aceasta, oricât de mult doreşte. Iisus spune: „Veniţi la mine. Oricine este împovărat, nu trebuie decât să vină la mine. Eu îi voi uşura pe toţi cei împovăraţi". De fapt, el nu face nimic, doar prezenţa sa este cea care acţionează.

Se spune că oricând apare un avatar, un tirthankara, un eliberat, se creează în jurul său o aură specială. Jainiştii chiar au măsurat acest lucru şi spun că acesta are o circumferinţă de 38 kilometri. Radiaţia din jurul său se întinde pe 38 kilometri şi oricine se află în perimetrul acestei raze este umplut de energie, chiar dacă este conştient sau nu de acest lucru – indiferent că îi este prieten, duşman sau discipol.

Dacă se întâmplă să îl urmezi, atunci vei primi mai multă energie, deoarece vei fi deschis; când te opui nu primeşti la fel de multă, deoarece eşti închis – important este că energia sa se revarsă în permanenţă. Un singur om poate fi un imens rezervor de energie; o singură fiinţă, dacă este liniştită, tăcută, netulburată, calmă, va crea în jurul său un ospăţ care se întinde pe o rază de 38 de kilometri.

Iată ce se întâmplă prin corpul eteric. Corpul pe care îl vedem zi de zi este fizic, material. Nu acesta reprezintă adevărata viaţă. Viaţa apare trupului grosier datorită corpului electric, eteric. Acesta este prana, vitalitatea ta.

Shiva spune: *Iubită Devi, intră în prezenţa ta eterică care este cu mult deasupra şi dedesubtul formei tale*.

Mai întâi trebuie să devii conştient de forma care înconjoară fizicul, iar imediat ce ai devenit conştient de ea, atunci ajut-o să crească, să se dezvolte. Cum poţi face acest lucru?

Doar stai tăcut şi priveşte-o fără să faci nimic, doar

priveşte acea formă albăstruie din jurul tău şi o vei simţi cum creşte, cum se răspândeşte, cum devine din ce în ce mai mare. Energia se va duce spre eteric tocmai datorită faptului că nu faci nimic. Ţine minte acest lucru. Imediat cum acţionezi, energia este sustrasă din eteric.

Lao Tzu spune: „Nu acţionez în niciun fel şi, cu toate acestea, nimeni nu este mai puternic decât mine. Sunt non-activ şi totuşi nimeni nu mă poate înfrânge. Cei care sunt puternici prin activitate pot fi foarte repede învinşi. Eu nu pot fi înfrânt deoarece energia mea provine din non – acţiune". Aşadar, secretul constă în faptul de a nu face nimic.

Ce făcea Buddha sub copacul bodhi? – absolut nimic. În acel moment el nu era activ. El nu mai era – a atins finalul doar stând. Pare ceva uimitor. Noi depunem atât de mult efort şi totuşi nu se întâmplă nimic, iar Buddha nu acţiona în niciun fel şi totuşi s-a realizat.

Când nu acţionezi, energia nu se scurge în exterior. Aceasta se duce spre corpurile subtile. Ea este acumulată acolo. Corpul eteric devine un rezervor electric. Şi cu cât acesta se umple mai mult, cu atât devii mai tăcut. Iar cu cât eşti mai tăcut, cu atât mai mult creşte. Şi în clipa în care ai reuşit să afli cum îi poţi da energie fără să o iroseşti aiurea, atunci ai ajuns să deţii o cheie secretă.

Doar atunci poţi fi festiv. De fapt, aşa cum exişti acum, secat de energie, cum ai putea fi festiv? Crezi că poţi celebra? Cum poţi înflori? Florile aparţin bogăţiei, belşugului. Florile apar doar când copacul este plin de energie. Ele reprezintă întotdeauna un lux.

Dacă arborele este înfometat, atunci florile nu vor mai apărea deoarece nu este destulă hrană. Există o ierarhie: mai întâi este hrănită rădăcina, deoarece aceasta este cea mai importantă. Dacă rădăcinile dispar, este evident că pentru flori nu mai există nicio posibilitate de apariţie. Apoi va fi hrănit trunchiul şi după aceea ramurile. Dacă este totul în regulă, apoi vor fi hrănite frunzele şi dacă se întâmplă ca în final să mai rămână destulă energie, iar copacul este sătul, atunci vor apărea şi florile. Energia

abundentă este cea care înfloreşte. Florile reprezintă o festivitate, o celebrare, o încântare pentru ceilalţi. Este un spectacol minunat. Este un dar al copacului pentru tine.

Acelaşi lucru se întâmplă şi în om. Un buddha este un copac înflorit. Energia sa este atât de abundentă încât îi invită pe toţi, fără excepţie, să se înfrupte din el.

Mai întâi practică prima tehnică şi pe urmă pe cea de-a doua. O poţi face şi separat, dar astfel îţi va fi mai dificil să realizezi forma albăstruie a corpului eteric.

64. NEALEGEREA ESTE BEATITUDINE

5. VII.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Cum se face că majoritatea oamenilor aleg suferinţa?

2. Putem spera să avem cândva o societate iluminată?

1. Este adevărat că omul are doar două alternative – o viaţă plină de suferinţă şi durere şi una a divinităţii şi a fericirii – iar această alegere stă în puterea sa? Atunci de ce majoritatea oamenilor au ales calea durerii şi a suferinţei?

Aceasta este o întrebare foarte semnificativă şi totodată foarte delicată. Primul lucru care trebuie înţeles este acela că viaţa este paradoxală şi tocmai din această cauză se întâmplă multe lucruri neaşteptate. Omul nu are decât două alternative: iadul sau raiul – nu există o a treia posibilitate. Ori te poţi afla într-o suferinţă profundă, ori într-o fericire magnifică. Acestea sunt cele două posibilităţi, cele două deschideri, cele două moduri ale fiinţei.

Atunci apare întrebarea – de ce alege suferinţa? Omul nu alege niciodată durerea, ci doar fericirea – şi aici apare paradoxul. Dacă alegi să te afli în fericire, atunci vei suferi, deoarece a fi fericit înseamnă a fi fără alegere. Tocmai aceasta este problema. Dacă alegi fericirea, te vei afla în suferinţă. Când nu alegi şi rămâi doar un martor, vei fi fericit. Aşadar nu este vorba de a alege între suferinţă şi fericire – undeva în interior este vorba de alegere şi

nealegere.

De ce se întâmplă ca atunci când alegi fericirea să te afli în suferinţă? Deoarece alegerea divide viaţa: ceva trebuie tăiat şi aruncat. Tu nu accepţi Totalul. Accepţi doar ceva din el şi negi altceva – iată ce înseamnă alegerea. Iar viaţa este un întreg. Când alegi ceva şi negi altceva, atunci ceea ce ai negat se va reîntoarce la tine, deoarece viaţa nu poate fi negată. Şi datorită faptului că negi, lucrul negat va deveni mai puternic decât tine şi începi să te temi de el.

Nimic nu poate fi negat. Poţi doar să-ţi închizi ochii în faţa sa. Poţi doar fugi. Poţi să nu fii atent la el, dar acesta va fi mereu ascuns în interior şi doar va aştepta un moment în care poate ieşi la suprafaţă. Aşadar, dacă negi suferinţa – când spui că nu vei alege să suferi – atunci, într-un mod subtil, deja ai ales-o. Aceasta se va afla în permanenţă în jurul tău – ţine minte acest lucru.

Primul lucru: viaţa este un întreg, o totalitate; viaţa este transformare – acesta este al doilea lucru. Şi acestea sunt nişte adevăruri fundamentale. Nu poţi divide viaţa. În al doilea rând, nimic nu stagnează. Când spui: „Eu nu voi suferi. Voi alege un mod de viaţă fericit” – atunci te vei agăţa de fericire. Şi oricând te agăţi de ceva, speri ca acel ceva să fie permanent, iar în viaţă nimic nu poate fi permanent. Viaţa este un flux.

Deci, când te agăţi de fericire, tu recreezi suferinţa, deoarece acea fericire va trece – nimic nu poate rămâne permanent. Te afli în mijlocul unui râu şi dacă te ataşezi de ceva de pe malul râului nu vei face altceva decât să creezi o situaţie în care vei fi frustrat, deoarece râul va curge şi, mai devreme sau mai târziu, te vei depărta de malul acela.

Când te agăţi de fericire, acolo vor exista momente de fericire, dar acestea vor trece. Viaţa este un flux. Aici nimic nu poate fi permanent, exceptându-te pe tine. În afară de tine nimic nu este etern şi dacă te agăţi de un lucru schimbător, când acesta va trece tu vei suferi. Şi nu vei suferi doar când va dispărea; de exemplu, dacă ai o minte agăţătoare, nu te vei putea bucura de acel lucru nici chiar în clipa în care acela este acolo, deoarece îţi va fi

mereu teamă că îl vei pierde.

Dacă te agăţi vei pierde şi posibilitatea pe care o ai în acel moment. Mai târziu vei suferi şi în prezent nu te poţi bucura de nimic, deoarece frica te aşteaptă chiar după colţ – mai devreme sau mai târziu vei pierde şi ceea ce ai.

De exemplu, ţi-a venit un oaspete, dar ştii bine că mâine va pleca. Începi să suferi datorită faptului că mâine va pleca – de fapt, suferi pentru viitor – iar suferinţa, durerea, au început să te copleşească de pe acum. Nu poţi fi bucuros în timpul în care musafirul se află lângă tine, deoarece deja suferi că mâine va pleca. Deci, nu te bucuri de clipa prezentă, iar mâine vei suferi că a plecat. Iată balamucul care se petrece cu fiecare dintre noi.

Primul lucru: viaţa nu poate fi divizată. Dacă divizi, atunci poţi alege, dar ceea ce alegi este un flux – mai devreme sau mai târziu va dispărea. Ceea ce negi va cădea asupra ta; nu poţi scăpa de aceasta. Nu vei putea spune: „Eu voi trăi doar zilele, iar nopţile voi sări peste ele”. Nu poţi spune: „Voi trăi doar inspirând şi voi încerca să scap de expiraţii. Nu îmi place decât să inspir”.

Viaţa este un ritm al opuşilor. Respiraţia intră şi iese: între aceste două opusuri – inspiraţie şi expiraţie – exişti tu. Acolo este prezentă suferinţa, dar şi fericirea. Suferinţa este precum expiraţia, fericirea seamănă cu inspiraţia; ori, ca ziua şi noaptea – un ritm al opuşilor.

Nu poţi spune: „Eu voi trăi doar atunci când sunt fericit. Când nu sunt fericit nu voi trăi”. Poţi lua o astfel de atitudine, dar aceasta te va face să suferi şi mai mult.

Nimeni nu alege suferinţa – ţine bine minte acest lucru. Tu întrebi de ce omul a ales calea suferinţei. Nimeni nu doreşte suferinţa. Ai ales să nu suferi, ai ales să fii fericit şi ai făcut-o într-o mod foarte hotărât. Faci totul pentru a fi fericit şi tocmai de aceea suferi.

Deci ce este de făcut? Ţine minte: viaţa este totală. Nu poţi alege – trebuie trăită întreaga viaţă. Vor exista momente de fericire şi momente de suferinţă, dar ambele trebuie trăite; nu poţi alege – deoarece viaţa este amândouă, altminteri ritmul ei va fi distrus şi fără acest

ritm nu va exista viaţă.

Este la fel ca muzica. Asculţi muzică: în ea există anumite sunete şi după fiecare sunet urmează o pauză. Însă tocmai datorită sunetului şi pauz ei este creată muzica. Dacă spui: „Voi alege doar notele muzicale şi nu vreau să aud pauzele” – acolo nu va mai exista nicio muzică. Va rămâne doar ceva monoton, ceva mort. Pauzele sunt cele care dau viaţă sunetelor. Aceasta este frumuseţea vieţii: faptul că ea există prin poli opuşi. Sunet şi tăcere, sunet şi tăcere – iată ce creează muzica, ritmul. La fel se întâmplă şi cu viaţa. Suferinţa şi fericirea sunt două opusuri. Tu nu poţi alege.

Imediat ce ai ales, ai devenit o victimă – vei suferi. Când devii conştient de această existenţă a opusurilor şi de felul în care funcţionează viaţa, atunci nu vei mai alege – acesta este primul lucru. Iar când nu mai alegi, nu mai est e nevoie să te agăţi de nimic. Îţi va apărea suferinţa, dar te vei bucura de ea; îţi apare fericirea, însă te vei bucura şi de aceasta. Când oaspetele a venit în vizită te vei bucura de prezenţa sa, dar când a plecat te bucuri şi de absenţ a sa, de suferinţa care apare. Îţi spun: bucură-te de amândouă. Aceasta este calea înţelepciunii: bucură-te de amândouă, nu alege. Orice îţi apare, acceptă. Este soarta ta, aşa este viaţa şi nu se poate face nimic în această privinţă.

Dacă ai această atitudine, acolo nu mai există nicio alegere. Ai devenit fără alegere. Şi atunci vei deveni conştient de tine, deoarece nu mai eşti îngrijorat de ceea ce se întâmplă, nu te mai îndrepţi spre exterior. Numai eşti îngrijorat de ce se întâmplă în jurul tău. Te vei bucura, vei trăi, vei experimenta tot ce ţi se întâmplă şi atunci vei câştiga multe – deoarece fiecare experienţă reprezintă o expansiune a conştiinţei.

Când nu există suferinţă, tu nu vei mai avea niciun gust. Suferinţa îţi dă profunzime. Un om care nu a suferit se va afla mereu doar la suprafaţă, va fi ca o mâncare nesărată. Nu vei reprezenta nimic, doar un fenomen plictisitor. Suferinţa îţi oferă tonalitate, claritate. Atunci îţi

apare o calitate pe care doar suferinţa ţi-o poate da – nicio fericire nu îţi poate oferi acest lucru.

Un om care a existat mereu doar în fericire, în confort, care nu a’s suferit, nu va avea strălucire, va fi doar o fiinţă greoaie. În el nu va exista niciun fel de profunzime. Acolo nu va exista o inimă. Inima este creată prin suferinţă; tu evoluezi prin durere.

Un om care doar a suferit fără să cunoască niciodată fericirea, atunci şi el va fi sărac – bogăţia apare doar prin opusuri. Cu cât pătrunzi mai mult în opusuri, cu atât mai mult evoluezi. Un individ care doar a suferit este un sclav. El nu a cunoscut niciun moment de fericire şi nu va fi cu adevărat viu; va deveni un animal, doar va exista. În inima sa nu va apărea niciun fel de poezie, niciun fel de muzică; în ochii săi nu se va vedea nici cea mai mică fărâmă de speranţă. El doar va fiinţa în această existenţă pesimistă. Acolo nu va fi niciun fel de luptă, nicio aventură. Pur şi simplu nu se va mişca deloc. Va fi doar o conştiinţă care stagnează şi o astfel de conştiinţă nu este conştientă – cu timpul, persoana respectivă va deveni inconştientă. Acesta este şi motivul pentru care în clipa în care apare prea multă durere, omul devine inconştient.

Aşadar, dacă există doar fericire, aceasta nu va fi de ajutor, deoarece acolo nu va exista nicio încercare. De asemenea, dacă există doar suferinţă, nu va exista speranţă, vise, lupta, conflictul, competiţia; nu va mai exista niciun fel de fantezie. Este nevoie de amândouă şi viaţa există între ele ca un curent de tensiune foarte delicat şi subtil. Dacă înţelegi acest lucru, atunci nu mai alegi. Vei şti cum funcţionează viaţa, cum este ea. Iată care este calea vieţii – ea se mişcă prin fericire, prin suferinţă şi tocmai acest lucru îţi oferă profunzime, claritate, îţi dă sens. Deci, ambele sunt bune.

Eu îţi spun că ambele sunt bune. Nu te îndemn să alegi una dintre ele – nu alege, ambele sunt bune. Bucură-te de amândouă, permite-le să apară. Fii deschis şi nu opune rezistenţă. Nu te opune uneia şi nici nu te agăţa de cealaltă.

Motto-ul tău trebuie să fie non – rezistenţa: „Eu nu mă voi opune vieţii. Orice îmi oferă viaţa sunt dispus, sunt pregătit să primesc şi să mă bucur”. Nopţile sunt la fel de bune şi frumoase cum sunt şi zilele. Suferinţa are frumuseţea ei, iar această frumuseţe nu o poate da niciun fel de fericire.

Întunericul are propria sa frumuseţe; la fel şi ziua. Nu există comparaţie şi nici alegere. Ambele au dimensiunile lor în care poţi pătrunde şi lucra.

În momentul în care în tine apare o astfel de conştientizare, tu nu vei mai alege. Vei fi doar un martor care se va bucura de totul – această nealegere devine beatitudine. Această nealegere va deveni beatitudine, iar beatitudinea nu este opusă sau contrară suferinţei; beatitudinea este o calitate pe care o poţi aduce oricărui lucru – chiar şi suferinţei.

Buddha nu poate suferi, dar asta nu înseamnă că lui nu îi apare suferinţa.

Ţine minte: suferinţa îi apare şi lui Buddha la fel cum apare oricărui om, dar el nu poate suferi deoarece cunoaşte arta prin care se poate bucura chiar şi de aceasta. Nu poate suferi deoarece el rămâne beatific. Chiar şi în suferinţă rămâne festiv, viu, deschis, bucuros, nerezistent. Suferinţele, durerile nu îl ocolesc, dar rămâne neatins de ele. Acestea apar şi dispar precum respiraţia, dar el rămâne el însuşi. Suferinţa nu îl poate zdruncina. Nimic nu îl poate clinti – nici suferinţa şi nici fericirea. Însă tu exişti ca un pendul, ca o frunză în bătaia vântului. Te influenţează absolut orice. Nu poţi fi cu adevărat fericit, deoarece aceasta te va omorî. Problema este că te implici foarte mult în ea.

Îmi aduc aminte de un foarte sărac şi bătrân şef de şcoală care a câştigat la loterie. Soţiei sale i s-a făcut frică şi s-a gândit: „Va fi prea mult pentru el. Cinci mii de dolari îl vor face să facă infarct. Chiar şi când vede o hârtie de cinci dolari înnebuneşte de fericire – cinci mii de dolari îl pot ucide”.

Soţia a fugit la biserica din apropiere şi i-a spus

preotului ce s-a întâmplat: „Ajută-mă! Soţul meu trebuie să vină acasă în orice clipă şi dacă află că a câştigat atât de mulţi bani, această veste îl va ucide!”

Preotul, i-a spus: „Nu-ţi fie frică. Eu cunosc foarte bine mintea umană şi ştiu cum funcţionează aceasta. Voi veni cu tine. Cunosc la perfecţie psihologia omului”.

Au plecat spre casa femeii şi când au ajuns, preotul l – a văzut pe soţul acesteia şi l-a întrebat: „Presupune că ai câştiga cinci mii de dolari la loterie – ce ai face cu ei?”

Bătrânul s-a gândit o clipă şi apoi a răspuns: „Jumătate din ei i-aş dona bisericii”.

Chiar în acea clipă preotul a dus mâna la inimă şi a căzut mort. A fost prea mult pentru el.

Chiar şi fericirea te poate omorî, deoarece te implici prea mult. Tu nu poţi sta în exterior. Orice ar bate la uşa ta – suferinţa, fericirea – te implici atât de mult încât aceasta te face să te prăbuşeşti. Nu poţi rezista. Doar se formează puţin curent şi deja ai început să zbori.

Ceea ce vreau să spun este următorul lucru: dacă nu alegi, dacă rămâi atent şi conştient de faptul că aşa este viaţa – plină de suferinţă şi fericire; în ea zilele şi nopţile vin şi trec – atunci tu vei fi doar un martor. Nu te vei mai agăţa de fericire. Nu mai vei porni într-o goană nebunească după fericire, dar nici nu vei mai încerca să evadezi din suferinţă. Rămâi în tine însuţi – centrat, înrădăcinat. Aceasta este beatitudinea.

Aşadar ţine minte: beatitudinea nu este ceva opus suferinţei. Nu te gândi că atunci când devii beatific nu va mai exista suferinţă – acesta este un nonsens. Suferinţa este o parte vieţii. Aceasta încetează doar când tu nu mai eşti.

Când tu dispari complet din corp, atunci suferinţa încetează. În clipa în care nu mai există naştere, suferinţa s-a dizolvat.

Însă atunci vei fi pierdut în totalitate, atunci tu nu mai eşti – picătura s-a cufundat în ocean şi a dispărut.

Cât timp eşti, suferinţa va continua. Aceasta face parte din viaţă. Însă poţi deveni conştient: atunci suferinţa

va apărea undeva pe lângă tine şi nu în tine. Nu gândi că vei fi doar fericit sau că suferinţa nu se va mai lovi de tine, nu – pur şi simplu ele nu se vor mai întâmpla în tine. Vor apărea doar în jurul tău, doar la periferie, iar tu vei fi centrat în tine însuţi. Le vei vedea cum apar, te vei bucura de ele, dar acestea se vor întâmpla doar în jurul tău – nu ţi se vor întâmpla ţie.

Acest lucru devine posibil doar dacă nu alegi. De aceea spun că este ceva delicat şi subtil. Datorită acestei vieţi paradoxale tu alegi fericirea şi astfel vei cădea în suferinţă. Atunci vei încerca să scapi de suferinţă şi astfel nu vei face altceva decât să creezi mai multă suferinţă. Aşadar o poţi lua ca pe o lege finală: prin orice alegi, vei obţine contrariul, vei cădea pradă opusului alegerii tale. Aceasta este o leg e ultimă: orice alegi, vei avea ca soartă opusul acelei alegeri.

Ţine minte: oricare ţi-ar fi soarta actuală, tu eşti cel care ai ales-o tocmai prin alegerea opusului ei. Dacă suferi, atunci suferi pentru că ai ales să fii fericit. Nu alege fericirea şi suferinţa va dispărea. Nu alege nimic. Atunci nu ţi se poate întâmpla nimic şi totul, în afară de tine, va fi un flux. Acest lucru trebuie bine înţeles.

În Existenţă doar tu eşti factorul constant şi nimic altceva. Doar tu eşti eternitatea. Conştiinţa ta nu este niciodată un flux. Suferinţa apare, o observi. Apoi apare fericirea, de asemenea tot tu o observi. Iar când nu mai apare nimic, tot observi. Un singur lucru rămâne mereu constant – observarea – şi acesta eşti tu.

Ai fost copil… Sau dacă pătrunzi mai departe, ai fost o celulă. Nici nu îţi poţi imagina – o celulă infimă aflată în pântecul mamei. Dacă această celulă îţi apare în faţă, nu vei putea recunoaşte că tu ai fost ea. Apoi ai devenit copil, tânăr, bătrân, iar acum te afli pe patul de moarte. S-au întâmplat multe lucruri. Întreaga ta viaţă a fost doar un flux; nimic nu a rămas la fel nici chiar pentru două momente.

Heraclit spune că nu poţi păşi de două ori în acelaşi râu – şi el se referă la curentul vieţii. Nu poţi avea două

momente similare. Momentul care a trecut nu mai poate fi repetat – acesta s-a dus pentru totdeauna – nu îl mai poţi avea. Într-un astfel de flux doar un singur lucru dinăuntrul tău rămâne neschimbat şi veşnic acelaşi – martorul; observarea.

Dacă puteai vedea calitatea conştiinţei pe care o aveai în pântecul mamei, ai fi văzut că aceasta era neschimbată. Calitatea conştiinţei din prezent este la fel ca cea din perioada în care erai copil. Calitatea conştiinţei este aceeaşi şi când eşti tânăr şi când eşti bătrân sau chiar când te afli pe patul de moarte. Un singur lucru înăuntrul tău rămâne la fel şi acesta este Sinele martor, Conştiinţa; orice altceva se transformă, iar dacă te agăţi de vreun obiect din lumea schimbării, vei suferi. Nu se poate face nimic în această privinţă. Tu încerci imposibilul şi tocmai de aceea suferi. Ştiu că nu alegi niciodată suferinţa, dar nu aceasta este problema – dacă suferi înseamnă că deja ai ales-o, în mod indirect.

Odată ce devii conştient de această alegere indirectă care există în viaţă, de această calitate paradoxală a vieţii, atunci nu vei mai alege. Când alegerea dispare, lumea dispare. Iar când alegerea nu mai este prezentă, tu ai intrat în Absolut.

Dar acest lucru este posibil doar atunci când dispare această minte care alege în permanenţă. Pentru a te afla în beatitudine este nevoie de o conştientizare lipsită de boala alegerii. Voi repeta: suferinţa va mai apărea, dar atunci nimic nu te mai poate face să suferi. Chiar dacă eşti aruncat brusc în iad, acesta nu va mai fi un iad pentru tine – şi acest lucru este înfăptuit doar prin prezenţa ta.

Cineva l-a întrebat pe Socrate unde crede că va merge după moarte şi el a răspuns: „Nu ştiu dacă există rai sau iad, dar eu nu voi alege niciunul dintre ele. Singura mea dorinţă este următoarea: să pot să fiu conştient oriunde mă voi afla. Vreau să fiu conştient oriunde mă aflu. Nu este important dacă există un rai sau un iad”. Când eşti pe deplin conştient şi atent, iadul dispare – iadul este tocmai neatenţia ta. Dacă eşti pe deplin conştient, acolo

apare raiul – raiul este chiar conştientizarea ta.

Nu există rai sau iad. Şi nu mai continua să gândeşti în termeni copilăreşti – că într-o zi vei muri şi Dumnezeu te va trimite în rai sau iad în funcţie de faptele tale, de ceea ce ai făcut pe Pământ. Nu! Tu eşti cel care îţi cari singur în interior raiul sau iadul. Oriunde te afli vei avea în tine iadul sau raiul.

Nici Dumnezeu nu poate face nimic în această privinţă. Tu îţi cari singur iadul şi dacă l-ai întâlni pe Dumnezeu tot tu eşti cel care va proiecta asupra sa interiorul fiinţei proprii. Vei suferi. Acea întâlnire va fi de nesuportat. Ideea este că orice ţi se întâmplă, tu eşti cel care provoacă toate aceasta. Sămânţa conştiinţei este sămânţa întregii existenţe.

Aşadar ţine minte: dacă suferi, tu ai ales aceasta – conştient sau nu, direct sau indirect, singur ai ales totul. Este alegerea ta şi doar tu eşti responsabil pentru aceasta. Nimeni altcineva nu este responsabil.

Dar în mintea noastră, în mintea noastră confuză totul este anapoda.

Dacă suferi, crezi că suferi din cauza altora. Însă suferi doar din cauza ta. Nimeni nu te poate face să suferi – aşa ceva este imposibil. Şi chiar dacă cineva te face să suferi, atunci este alegerea ta să suferi din această cauză. Tu l-ai ales pe acel om şi astfel ai ales şi suferinţa oferită de el. Nimeni nu te poate face să suferi – este doar alegerea ta. Problema este că fiecare continuă să gândească întotdeauna că dacă celălalt se schimbă sau face altceva, nu va mai suferi nimeni.

Am auzit că Mulla Nasruddin şi-a lovit maşina într-o parcare şi se începuse completarea unui proces verbal. A fost întrebat mai multe lucruri şi când a ajuns la punctul în care trebuia să răspundă ce putea face celălalt şofer pentru a evita accidentul, Mulla a spus: „Putea parca maşina în altă parte! De ce a trebuit să o parcheze lângă maşina mea? Tocmai de aceea s-a şi produs accidentul”.

Acelaşi lucru îl face fiecare dintre noi. Întotdeauna celălalt este responsabil: dacă făcea altceva nu mai apărea

suferinţa. Nu, celălalt nu este deloc responsabil. Tu eşti cel responsabil şi până când nu iei conştient asupra ta această responsabilitate, nu te vei transforma. Transformarea devine posibilă, devine foarte uşor de realizat doar în clipa în care realizezi că tu eşti responsabil pentru totul.

Dacă ai suferit, aceasta a fost alegerea ta. Iată şi esenţa legii karmice, atât şi nimic altceva: tu eşti pe deplin responsabil. Orice se întâmplă – suferinţă sau fericire, iad sau rai – în final doar tu eşti pe deplin responsabil. Aceasta este legea karmei: responsabilitatea totală este doar cea proprie.

Şi nu trebuie să îţi fie frică de ea, deoarece prin faptul că îţi aparţine în totalitate responsabilitatea, atunci prin aceasta se deschide o uşă a libertăţii – înseamnă că tu eşti cel care poate transforma ceva. Dacă altcineva ar fi fost cauza, atunci tu nu ai mai fi putut transforma nimic. Cum ai fi putut? Atunci vei suferi până când se transformă întreaga lume. Şi se pare că nu există nicio cale prin care să îi poţi schimba pe ceilalţi – deci înseamnă că suferinţa nu poate înceta.

Problema este că suntem atât de pesimişti încât interpretăm minunata lege a karmei într-un asemenea mod în care aceasta nu ne mai eliberează, ci dimpotrivă, ne face să fim mai împovăraţi. În India a fost cunoscută această lege de cel puţin cinci mii de ani şi ce-am făcut noi cu ea? Aceasta nu ne-a făcut să luăm responsabilitatea asupra noastră; dimpotrivă, am aruncat responsabilitatea chiar asupra legii însăşi – totul se întâmplă din cauza karmei şi noi nu putem face nimic, nimic nu se poate face în legătură cu ea; viaţa prezentă este aşa cum este datorită vieţilor trecute.

Legea karmei trebuie să te elibereze. Ea îţi oferă libertate totală. Iată mesajul ei: nimeni nu te poate face să suferi. Dacă suferi înseamnă că tu şi-ai creat singur situaţia de suferinţă. Tu eşti stăpânul sorţii tale şi dacă vrei s-o schimbi, o poţi face imediat iar întreaga viaţă va fi diferită. Dar atitudinea…

Am auzit că vorbeau doi prieteni. Unul dintre ei era

un optimist convins şi celălalt un pesimist sadea. Nici chiar optimistul nu era prea fericit de situaţia actuală. El a spus: „Dacă această criză economică şi catastrofă politică continuă, iar lumea rămâne tot la fel de imorală cum este în prezent, atunci în curând vom ajunge să cerşim”.

Însă imediat pesimistul a adăugat: „De la cine vom mai cerşi dacă toţi vor ajunge fără slujbe?”

Omul are o minte care se bagă peste tot. Tu transformi calitatea fiecărei doctrine şi învăţături. Învingi foarte uşor iluminaţii, precum Buddha şi Krishna, deoarece inversezi totul; colorezi totul în propriul tău mod.

Tu eşti total responsabil de felul în care exişti şi de felul în care este lumea în care trăieşti. Aceasta este creaţia ta. Dacă înţelegi bine acest lucru, atunci poţi schimba orice. Nu mai este nevoie să suferi. Nu alege, fii un martor şi îţi va apărea beatitudinea. Beatitudinea nu este o stare moartă sau inertă. Suferinţa va continua mereu să existe în jurul tău. Deci nu este vorba de ce anume ţi se întâmplă ţie – este vorba de cum eşti tu. Sensul total şi final provine doar de la tine şi nu de la ceea ce se întâmplă.

2. Ieri seară ai vorbit despre plictiseală. Dar cum putem noi spera la o societate iluminată când în prezent, pentru a menţine această societate, majoritatea oamenilor trebuie să îndeplinească tot felul de munci monotone, repetitive şi plictisitoare?

Din nou: nimic nu este plictisitor, nimic nu este repetitiv şi monoton – tu eşti aşa şi tu aduci această calitate asupra oricărui lucru întâlnit. Niciun act nu este plictisitor în el însuşi – tu eşti cel care îl faci să fie sau să nu fie plictisitor. Şi acelaşi act poate fi în acest moment ceva beatific pentru tine, iar în momentul următor poate fi doar o plictiseală. Dar nu înseamnă că actul s-a schimbat; starea ta, calitatea pe care o aduci acelui act este cea care s-a schimbat. Deci, ţine minte: tu nu eşti plictisit din cauză că trebuie să faci ceva care se repetă. Dimpotrivă, eşti plictisit şi tocmai de aceea aceste acţiuni par repetitive.

De exemplu, copiii repetă multe lucruri. Ei joacă

mereu şi mereu acelaşi joc. Tu te plictiseşti. Ce tot fac ei de joacă mereu acelaşi joc? Vor mereu aceeaşi poveste şi te roagă: „Mai spune-mi încă o dată povestea”.

Ce se întâmplă? Nu îţi poţi închipui aşa ceva; pare o prostie. Nu este. Copiii sunt atât de vii încât pentru ei nimic nu este plictisitor şi repetitiv. Tu eşti mort şi totul este repetitiv pentru tine. Ei repetă mereu acelaşi lucru.

Întreaga zi joacă acelaşi joc, iar dacă îi opreşti încep să ţipe şi să plângă: „Nu ne strica jocul”. Pur şi simplu nu înţelegi cum pot face toată ziua acelaşi lucru.

Ei au o calitate diferită a conştiinţei. Pentru ei, nimic nu este repetitiv. Ei se bucură atât de mult de ceea ce fac încât chiar această bucurie schimbă calitatea acţiunii, astfel încât o pot repeta mereu şi mereu – şi ei se bucură mai mult de fiecare dată când o repetă, deoarece atunci deja cunosc secretul. A treia oară se pot bucura mai mult decât au făcut-o prima oară, deoarece acum sunt deja obişnuiţi cu ea. Bucuria lor creşte; în schimb, bucuria ta descreşte.

Ce se întâmplă? Este actul în sine plictisitor sau este ceva greşit în starea fiinţei tale, în starea conştiinţei tale? Priveşte acelaşi lucru şi dintr-un alt unghi. Doi iubiţi vor repeta mereu aceleaşi acţiuni: se vor săruta şi se vor îmbrăţişa – vor face aceleaşi lucruri şi ar dori să le facă la infinit.

Dacă ar avea timp, le-ar face până la sfârşitul Existenţei. Dacă priveşti doi îndrăgostiţi te vei plictisi. De ce repetă mereu aceleaşi lucruri? Ce tot fac ei?

Iubiţii au devenit iarăşi copii. De aceea iubirea este atât de inocentă – ea te face să redevii copil. Acum, iubiţii se bucură de acest joc. Sunt din nou copii. Au aruncat întregul non-sens al oamenilor maturi. Doar se joacă cu trupurile lor şi, pentru ei, acest lucru nu este deloc repetitiv. Fiecare sărut este ceva nou, este absolut unic; acesta nu a fost şi nu va fi la fel. Fiecare moment de iubire are propria sa existenţă individuală nerepetitivă – tocmai de aceea se bucură în permanenţă de ceea ce fac.

În această situaţie nu se poate aplica legea

economică a micşorării fondurilor. Pentru iubire nu există o astfel de lege; mai degrabă există o lege a majorării, a evoluţiei. Acesta este şi motivul pentru care economiştii, matematicienii, nu pot înţelege iubirea. Toţi cei care sunt eficienţi în calcule nu pot înţelege iubirea, deoarece aceasta este absurdă: ea învinge, înlătură toate calculele, toate matematicile, toate legile – ea doar se înalţă, se ridică, evoluează în permanenţă.

Când eram student, după ce profesorul de economie a explicat ce este legea diminuării fondurilor, l-am întrebat: „Dar ce părere ai despre iubire?”

A devenit tulburat, iar când i-am spus că în privinţa iubirii se aplică exact legea contrară – cea a majorării fondurilor – mi-a spus: „Ieşi afară din clasă! Tu nu înţelegi economia. Această lege este universală”.

Şi i-am mai zis: „Nu spune că este universală, deoarece atunci ce se mai poate afirma despre iubire?”

Doi iubiţi ne apar foarte repetitivi şi plictisitor i. Însă pentru ei nu există nimic repetitiv. Dar pentru o prostituată se aplică această lege economică, deoarece pentru ea, „iubirea” nu este iubire, ci este o comoditate – ceva care trebuie vândut. Dacă o vei săruta, acest lucru va fi plictisitor şi repetitiv şi, într-o zi, chiar va spune: „A săruta este un non-sens. M-am plictisit să sărut şi să fiu sărutată toată ziua. Este ceva de nesuportat”. Ea va simţi că este un act repetitiv.

Vreau să înţelegi foarte bine această distincţie.

Pentru cel care iubeşte, sărutul nu este repetitiv, dar nu acelaşi lucru se poate spune şi despre ceea ce simte o prostituată. Deci, nu actul în sine este repetitiv, ci calitatea pe care o aduci acelui act. Orice faci, când iubeşti, acolo nu va fi nimic repetitiv.

Dacă îţi iubeşti acţiunile, acolo nu va exista nicio plictiseală. Problema este că nu iubeşti.

Eu vorbesc în fiecare zi. Pot face asta la infinit. Iubesc acest lucru. Pentru mine nu este ceva repetitiv. Şi pot vorbi pentru întru eternitate. Comunicarea cu inima ta, pentru mine este iubire. Acesta nu este un act repetitiv.

Am auzit că un copil mergea cu părinţii săi la biserică. În cea de-a treia duminică, copilul i-a spus tatălui său: „Probabil că Dumnezeu se plictiseşte când vede mereu în biserică aceleaşi persoane. Am venit aici de trei duminici – aceleaşi chipuri! Dumnezeu trebuie să fie foarte plictisit”.

Dar Dumnezeu nu este plictisit. Întreaga Existenţă s-a repetat în permanenţă. Pentru noi aceasta pare ceva repetitiv, dar pentru o fiinţă totală, o fiinţă precum Dumnezeu, nu este nimic repetitiv. Dacă s-ar plictisi, atunci nu mai este nicio nevoie să mai continue. Se poate opri. Poate spune: „Gata! Ajunge!” Dar el nu este plictisit. De ce?

El iubeşte – orice s-ar întâmpla este iubirea sa. El este un creator, nu un muncitor. Dumnezeu este un creator.

Un Picasso nu este plictisit – şi el este un creator. Când acţiunile tale devin creative, atunci nici tu nu vei fi plictisit. Şi acestea devin creaţie doar dacă le iubeşti. Dificultatea fundamentală constă în faptul că nu poţi iubi nimic din ceea ce faci şi asta pentru că te urăşti pe tine – aceasta este problema. Deci, orice vei face vei urî, deoarece în primul rând te urăşti pe tine.

Tu încă nu te-ai acceptat pe tine, încă nu ai mulţumit Existenţei pentru fiinţarea ta. Din inima ta nu pleacă nicio mulţumire către Dumnez eu. Ai chiar o aversiune – „De ce m-ai creat?” – în adâncul tău întrebi: „De ce am fost aruncat în această existenţă? Care este scopul?” Gândeşte-te, dacă te întâlneşti brusc cu Dumnezeu, ce îl vei întreba? Vei spune: „De ce m-ai creat? Ca să mă aflu în agonie? Ca să umblu aşa fără rost prin mii de vieţi? De ce m-ai creat? Răspunde-mi!”

Tu nu te-ai acceptat pe tine şi atunci cum ai putea să îţi accepţi acţiunile? Iubeşte-te pe tine. Acceptă-te aşa cum eşti. Acţiunea este ceva secundar, ea porneşte din fiinţa ta; dacă mă iubesc pe mine, atunci orice voi face voi iubi – iar în clipa în care nu iubesc, voi înceta acel lucru. Ce nevoie mai este să îl continui? Problema este că tu nu iubeşti –

aşadar sursa nu este iubită şi deci nici produsele acesteia nu vor fi iubite. Orice faci – poţi fi un inginer, un doctor sau un chimist – în orice faci, implici ura interioară. Propria ură face ca acel lucru să fie repetitiv. Tu urăşti acţiunea efectuată şi continui să găseşti mereu scuze prin care să motivezi ceea ce faci: „Fac acest lucru pentru soţie, pentru copii”. Iar tatăl tău, la rândul lui a făcut-o pentru tine; tatăl tatălui tău a făcut-o pentru tatăl tău; apoi, copiii tăi o vor face pentru copiii lor şi astfel nimeni nu se bucură de viaţă.

Acestea sunt doar nişte trucuri. De fapt eşti un laş. Nu poţi renunţa la aceasta, deoarece îţi conferă securitate, echilibru. Din cauza laşităţii nu poţi opri ceea ce faci şi nu poţi începe să faci ceea ce ai iubit să faci.

Atunci începi să arunci totul asupra soţiei sau a copiilor, iar aceştia la rândul lor vor face acelaşi lucru pe care l-ai făcut şi tu.

Copiilor nu le place să meargă la şcoală, dar întreabă un copil de ce o face şi îţi va răspunde: „Pentru că mă obligă părinţii. Tatăl şi mama mea sunt fericiţi dacă merg la şcoală”. Iar soţia ta? – ea face totul pentru tine, pentru copii. Nimeni nu există pentru el însuşi. Nimeni nu se iubeşte atât de mult încât să existe doar pentru el. Este şi normal să meargă totul anapoda. Sursa este otrăvită şi se înţelege de la sine că tot ceea ce iese din ea este toxic şi otrăvitor.

Şi nu te gândi că dacă îţi vei schimba slujba vei începe să o iubeşti pe cea nouă. Îi vei impune şi acesteia calitatea ta interioară. La început vei simţi o senzaţie nouă, dar mai devreme sau mai târziu vei deveni la fel ca înainte. Transformă-te, iubeşte-te şi iubeşte orice faci – oricât de mic şi neimportant este acel act.

Îmi aduc aminte de o anecdotă. S-a întâmplat ca în ziua în care Abraham Lincoln a devenit preşedinte, chiar în prima zi în care se inaugura alegerea sa, o persoană geloasă şi invidioasă pe prestigiul şi succesul său, s-a ridicat şi a spus: „Lincoln, nu uita că tatăl tău a fost doar un cizmar”.

Era un lucru absurd şi lipsit de importanţă, dar acel om a adăugat: Tatăl tău era cizmar şi el lucra pentru familia mea – făcea încălţăminte pentru noi. Nu uita”.

Acesta a încercat să îl insulte şi mulţi dintre cei prezenţi au început să râdă, deoarece majoritatea erau invidioşi. Fiecare simţea în adâncul său: „Acel scaun îmi aparţine mie şi a fost câştigat de un uzurpator”. Bineînţeles că ori de câte ori cineva reuşeşte în viaţă, acela este un hoţ şi un trişor – numai tu eşti corect, numai tu reuşeşti ceva fără să furi. Acesta este modul în care privim succesul altora – toţi fac şmecherii, numai noi suntem perfecţi. Astfel ne consolăm şi ne tolerăm propria fiinţă. Toţi cei din senat au început să râdă.

Abraham Lincoln a spus ceva foarte frumos: „Este foarte bine că mi-ai amintit de tatăl meu. Ştiu că era cizmar – dar nu am mai văzut niciodată un cizmar ca el. Era unic, era un creator, deoarece el iubea cizmăria. Iar eu nu consider că am la fel de mult succes cum a avut el, deoarece nu iubesc atât de mult acest fotoliu de preşedinte cât iubea el cizmăria. Se bucura, era fericit datorită ei. În această preşedinţie nu o să fiu niciodată la fel de fericit cum era el în arta cizmăriei”.

Lincoln a continuat: „Însă de ce l-ai pomenit în acest moment? Eu ştiu că tatăl meu făcea încălţăminte familiei tale, dar ei nu s-au plâns niciodată şi sper că încălţările au fost bune. Problema este că tu ai adus vorba despre el în acest moment fără să fie nevoie de acest lucru – înseamnă că te strânge vreun pantof. Dar nu ai de ce să îţi faci griji, pentru că eu sunt fiul său şi ţi-l pot repara cu foarte mare uşurinţă”.

Dacă te iubeşti pe tine, dacă îţi iubeşti munca, atunci tu trăieşti într-un mediu diferit şi în acest mediu nimic nu se repetă. Repetiţia apare numai unei minţi plictisite. Nu spune că eşti plictisit datorită unor acte repetitive. Acestea par repetitive deoarece tu eşti plictisit – atunci orice vei face va părea că se repetă.

Însă priveşte viaţa – ea se bucură, îi place repetarea. Anotimpurile curg în cerc, formează un ciclu. Soarele se

mişcă în cerc – el apare în fiecare zi, în fiecare dimineaţă. Vine vara şi apoi toamna, apar ploile… într-un fel, întreaga existenţă se repetă.

Se pare că această creaţie este ca o joacă de copil. Copacii nu sunt plictisiţi, cerul nu este nici el plictisit. Cerul nu spune niciodată: „Iarăşi au apărut norii?” El i-a văzut timp de milenii şi milenii la rând – în fiecare anotimp ploios aceştia apar şi încep să plutească. Priveşte viaţa! Este repetitivă.

Cuvântul „repetitiv” nu este bun. Mai bine spus ea doar continuă mereu acelaşi joc. Viaţa se bucură atât de mult de această joacă încât doreşte să o repete veşnic. Şi aceasta continuă să crească; joaca se îndreaptă spre un punct culminant. Însă de ce se plictiseşte omul de această repetitivitate? Nu pentru că aceasta este plictisitoare, ci pentru că tu eşti atât de plictisit încât faci ca totul să fie plictisitor.

Odată s-a întâmplat ca Sigmund Freud să-i pună nişte întrebări unui pacient; el începuse cu anumite întrebări preliminare necesare consultaţiei: „Priveşte biblioteca şi spune-mi imediat ce anume îţi inspiră sau despre ce îţi aminteşte?”

Omul a privit fugitiv la bibliotecă şi a spus: „Îmi aminteşte de o femeie, de o femeie foarte frumoasă”.

Asta era foarte bine pentru Freud, deoarece se potrivea cu teoria sa conform căreia totul se rezumă la sex şi atunci a continuat: „Foarte bine”. După care a scos o batistă şi i-a spus: „Acum priveşte batista. Ce îţi aminteşte? Spune orice îţi trece prin minte”.

Omul a râs şi a zis: Tot de o femeie frumoasă”.

Freud era în culmea bucuriei. Chiar aceasta era şi teoria sa: fiecare bărbat este preocupat doar de sex şi de nimic altceva. Bărbatul se gândeşte la femeie şi femeia la bărbat – gândirea lor se rezumă doar la acest lucru. Atunci i-a spus: „Acum priveşte această uşă. Uite, acolo nu este nimeni. Această absenţă – ce simţi? Ce îţi aminteşte ea?”

„O femeie frumoasă”.

Acum până şi Freud a început să devină puţin

tulburat şi nu ştia dacă acest om îl păcăleşte sau nu şi i-a spus: „Este deja prea mult ca totul să te facă să îţi aminteşti de o femeie frumoasă!”

Pacientul a răspuns: „Nu contează dacă văd o bibliotecă sau o uşă. De fapt, eu nu mă gândesc la altceva decât la femei. Nu mă gândesc la altceva, deci ce spui tu nu are importanţă. Mă gândesc în permanenţă doar la femei.

Aici nu este vorba că ceva anume îmi aduce aminte de ele; pur şi simplu doar mă gândesc la femei”.

Nu este vorba că un act anume te face să fii plictisit sau că o muncă anume este repetitivă şi monotonă şi aceasta te face să fii plictisit. Adevărul este că tu eşti plictisit indiferent de ce anume faci. Dacă doar stai şi te relaxezi într-un fotoliu tot te vei plictisi. Vei fi plictisit chiar dacă nu faci nimic. Vei spune: „Nu am nimic de făcut şi mă plictisesc. Sunt plictisit dacă nu fac nimic”. Întreaga săptămână eşti plictisit datorită muncii, iar în weekend eşti la fel de plictisit deoarece nu ai nimic de făcut. Întreaga viaţă eşti plictisit datorită muncii efectuate într-o fabrică sau într-un birou sau într-un magazin. Apoi, după ce te pensionezi eşti la fel de plictisit, deoarece atunci nu mai ai nimic de făcut.

Nu este vorba de nimic altceva. Nu ceva anume creează în tine plictiseala; tu eşti plictisit şi impui această plictiseală oricărui lucru pe care îl atingi. Poate că ai auzit de regele Midas – cel care prin atingere transforma orice obiect în aur. Omul este tot un rege Midas – orice atinge este transformat în plictiseală. Atingerea ta este alchimică: tu poţi schimba totul în plictiseală; îţi spun, totul.

Nu te gândi să îţi schimbi acţiunile sau slujbele; mai bine gândeşte-te cum îţi poţi schimba calitatea conştiinţei. Fii mai iubitor cu tine însuţi. Primul lucru pe care trebuie să îl ţii minte este să fii mai iubitor cu tine însuţi. Moraliştii au otrăvit întreaga lume. Ei spun: „Nu te iubi pe tine pentru că este ceva egoist. Iubeşte-i pe ceilalţi, nu te iubi pe tine. Iubirea de sine este un păcat”.

Dar eu îţi spun că acesta este un non-sens absolut –

şi nu numai o prostie, dar şi o prostie periculoasă. Până când nu te iubeşti pe tine însuţi nu poţi iubi pe nimeni altcineva, este imposibil. Doar dacă te iubeşti poate iubirea abundentă din interior să se îndrepte şi spre altcineva.

Un om care nu s-a iubit pe el, se va urî, iar dacă te urăşti, cum crezi că ai putea iubi pe altcineva? Atunci îi vei urî pe toţi. Nu vei putea decât să te prefaci. Şi când nu te iubeşti pe tine, cum aştepţi ca să te iubească alţii? Fiecare este condamnat în propriii săi ochi. Întreaga învăţătură moralistă îţi oferă un singur lucru: tehnici prin care să te condamni pe tine – condamnăriale-sinelui, cum să te simţi vinovat, cum să te simţi un păcătos, un criminal.

Creştinismul spune că omul este un păcătos indiferent de ce face; tu eşti născut păcătos. Nu mai este vorba dacă comiţi sau nu un păcat, deja eşti născut păcătos. Omul este născut în păcat. Adam, primul om, a comis păcatul şi acum toţi descendenţii săi sunt păcătoşi. Păcatul a fost comis, nu se mai poate face nimic. Nu se mai poate face nimic în privinţa acestui lucru – ai comis păcatul prin Adam.

Când eşti născut în păcat, cum te poţi iubi pe tine? Dacă chiar fiinţa ta este păcătoasă, cum mai poţi să te iubeşti?

Şi dacă nu te poţi iubi, nu vei putea iubi pe nimeni altcineva. Iubirea trebuie mai întâi să apară în propria casă şi doar apoi se poate revărsa şi asupra altora. Iar când se revarsă, o va face în acţiunile şi activităţile tale, în tot ce faci. Indiferent că pictezi sau orice altceva – chiar dacă mături pe stradă – când te afli într-o profundă iubire cu tine însuţi, atunci aceasta va curge în totul. Energia curge chiar şi atunci când nu faci nimic. Va continua să curgă veşnic, ea devine chiar existenţa ta şi atunci nimic nu mai este plictisitor.

Mulţi vin şi mă întreabă într-un mod foarte prietenos: „Tu stai toată ziua într-o cameră şi nici măcar nu te uiţi pe geam. Nu te plictiseşti?” Eu sunt cu mine însumi, de ce să mă plictisesc? Mă întreabă: „Stai singur şi totuşi nu te plictiseşti?”

Dacă mă urăsc pe mine, atunci mă voi plictisi, deoarece nu poţi trăi cu o persoană pe care o urăşti. Tu te plictiseşti cu tine însuţi; nu poţi sta singur. Chiar dacă eşti singur câteva momente, tot vei deveni neliniştit şi vei simţi cum tulburarea îţi pătrunde fiinţa. Vrei să te întâlneşti cu cineva deoarece nu poţi rămâne doar cu tine însuţi. Propria ta companie este foarte plictisitoare. Nu îţi poţi privi chipul. Nu îţi poţi atinge mâna într-un mod iubitor; nu – este imposibil.

Ei mă întreabă – iar întrebările lor se referă doar la ei înşişi, deoarece se plictisesc singuri – „De ce nu ieşi pe afară?” „Nu este nevoie. Alţii îmi spun: „Oamenii vin mereu la tine cu aceleaşi probleme. Nu te plictiseşti?”

Deoarece fiecare are aceeaşi problemă… Tu eşti atât de neoriginal încât nu poţi nici măcar să creezi o problemă originală. Fiecare are aceeaşi problemă. Unele probleme se referă la iubire, la sex, la liniştea minţii, la confuzia mentală – la orice psihologie sau patologie existentă. Omul poate fi divizat în şapte categorii şi există şapte întrebări fundamentale pe care oamenii le pun mereu.

Eu nu m-am plictisit niciodată, deoarece pentru mine fiecare individ este unic, iar problema pe care o aduce acesta nu este ceva care se repetă deoarece contextul este diferit, individul este diferit. Tu vii cu o problemă de iubire, altcineva vine cu o altă problemă de iubire: ambele par similare, dar nu sunt, deoarece doi indivizi sunt foarte diferiţi – diferenţa dintre ei schimbă calitatea problemei.

Aşadar dacă vrei să categoriseşti, poţi diviza oamenii şi problemele lor în şapte părţi – însă eu nu categorisesc niciodată. Fiecare individ este unic, nu poate fi pus lângă altcineva. Nu se poate face nicio categorie. Dar trebuie să ai o conştiinţă foarte clară şi curată pentru a pătrunde până în acel miez în care este dezvăluită unicitatea individului. Altminteri, la suprafaţă toţi sunt la fel.

La suprafaţă fiecare este la fel, are aceleaşi probleme, dar dacă pătrunzi în adâncime, dacă eşti atent şi pregătit să intri până în miezul fiinţei sale, cu cât pătrunzi mai în profunzime, cu atât mai mult îţi va fi dezvăluit

fenomenul original, individual şi unic al fiecăruia.

Când poţi vedea totul până în centru, vei realiza că acea persoană din faţa ta este unică şi nerepetabilă. Ea nu a existat înainte şi nu va mai exista vreodată. Este unică. Apoi misterul te va umple – misterul acelei persoane unice te va copleşi.

Nimic nu este repetitiv dacă ştii cum să pătrunzi, cum să fii iubitor şi atent. Altminteri, totul este repetitiv. Tu eşti plictisit deoarece ai un mental care creează plictiseală. Transformă acest mental şi plictiseala nu va mai exista. Problema este că tu continui să schimbi obiectele – şi acest lucru nu va aduce nimic bun.

Dintre titlurile care au apărut la editura RAM mai sunt disponibile:

Buddha – lumina unei căi spirituale Autobiografia lui Swami Shivananda Relaţia Maestru-Discipol Minienciclopedia înţelepţilor – secolele IX-XX Iluzii/ Pescăruşul Jonathan – Richard Bach Juana Yoga – SWAMI VIVEKANANDA

Întâlniri cu oameni remarcabili – GURDJIEFF A patra cale, vol. şi II – G.I. GURDJIEFF De la sex la supraconştiinţă – OSHO Yoga Sutra, vol. III – OSHO Vijnana Bhairava, vol. I ŞI III – OSHO Îngerii – fiinţe de lumină – PAULA GIOVETTI Minienciclopedie de medicină naturistă românească Vijnana Bhairava, vol. IV – OSHO

În curs de apariţie:

Călătorie astrală – GEROME BOURGINE Yoga Sutra, vol. V – OSHO

Distribuitorii interesaţi ne pot contacta la adresa:

Editura RAM

Şos. Sălaj Nr. 138, El.48, Se. D, ap.52, sector 5, Bucureşti Telefon/fax 01.780.60.25 e-mail: amayerpenet. penet.ro

ATENŢIE: Doar comenzile de minim 5 (cinci) cărţi vor fi onorate.

Tiparul executat la S.C. ASIA EXIM S.R.L

«Toate religiile sunt de acord în privinţa unui singur lucru. În multe probleme nu se înţeleg, dar cu toţii sunt de

acord asupra faptului că omul este închis faţă de adevărata realitate datorită ego-ului. Ego-ul este singura barieră. Acest fapt este esenţial – că tu eşti îndepărtat de realitate datorită acestui ego.

Ego-ul se teme întotdeauna – se teme să fie desebis, să fie vulnerabil, se teme de orice poate pătrunde înăuntru, orice îl poate distruge.

Astfel, ego-ul creează în jurul fiinţei un zid, iar tu ajungi să trăieşti într-o sui-generis închisoare.

Aceste 112 tehnici sunt cele mai eficiente modalităţi de „evadare”, de atingere a stării fără de ego.

Odată ce cunoşti această stare, vei putea rămâne pentru totdeauna în ea, bucurându-te plenar de Realitatea Divină.»

OSHO

Lei 18.500
ISBN 973 – 97193-S-2